

€ 4
GIUGNO
2018

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

SPECIALE BARBECUE

DAL PRIMO
AL DOLCE,
TUTTO SULLA
GRIGLIA



Linguine,
scampi, fave
e pomodorini
p.80

A TAVOLA IN 15 MINUTI

**DELIZIE
DI CALABRIA**
LE MIGLIORI
RICETTE
REGIONALI

COME RICEVONO
LE GRANDI
FAMIGLIE D'ITALIA:
I BORROMEO

**IN COSTIERA
AMALFITANA**
AD ASSAGGIARE
I RISTORANTI
CON GLI ORTI



ISSN 1121-1504



80006

IN EDICOLA DAL 22.05.18



CAPOVOLGIAMO IL VOSTRO
PUNTO DI VISTA SULLA CUCINA.

NIKOLATESLA SWITCH. PIANO COTTURA CON ASPIRAZIONE INTEGRATA.

NikolaTesla Switch è l'innovativo piano cottura con aspirazione integrata che unisce eleganza, potenza, silenziosità e facilità d'utilizzo. Un prodotto unico, funzionale, visionario: capace di capovolgere non solo il vostro punto di vista sulla cucina, ma anche il vostro modo di cucinare. **NikolaTesla Switch | Design Fabrizio Crisà**

elica.com

 **elica**
aria nuova



VOI ESPRIMETE
UN DESIDERIO,
NOI REALIZZIAMO
UN PROGETTO.

CO₂

Una nuova idea di città, un nuovo modo di vivere.
Costruiamo insieme un futuro di energia sostenibile.

edison.it | seguici su

C'è un profumo nell'aria

Ancora me lo ricordo un giorno di tanti anni fa. Ero in California, nella cittadina di Santa Barbara, con la mia amica sorella americana Hillary, che mi disse: «Lo senti questo profumo nell'aria? È l'odore della bella stagione». Era il Memorial Day, una delle principali feste statunitensi che si svolge l'ultimo lunedì di maggio, e quell'aroma delizioso era sprigionato dai barbecue del vicinato che sfrigolavano a pieno regime. Salsicce, costine, e quanto di più succulento si potesse immaginare, il tutto accompagnato da salsa classica e ketchup. Ma la verità è che se gli americani sono possenti grigliatori, cari lettori e mi rivolgo in particolare a voi uomini, anche noi italiani non siamo da meno, anzi. E poi il barbecue diventa stellare se non vengono posti limiti agli ingredienti che disporremo sulla brace: carne, pesce e verdura, certo, ma anche pasta e persino il dolce. Scopriteli con noi, magari per celebrare l'arrivo della stagione tanto amata da Ennio Flaiano (ricordate? «Non c'è che una stagione: l'estate. Tanto bella che le altre le girano attorno»). Ci vediamo in giardino!



Maddalena Fossati Dondero

mfossati@lacucinaitaliana.it
[instagram.com/maddafox](https://www.instagram.com/maddafox)

[FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA](https://www.facebook.com/lacucinaitaliana)

[INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA](https://www.instagram.com/lacucinaitaliana)

[TWITTER.COM/CUCINA_ITALIANA](https://twitter.com/CUCINA_ITALIANA)

La filosofia che ci guida dal 1929
Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.



sommario

- 3 **Editoriale**
9 **Notizie di cibo**
Indirizzi, aperture,
oggetti e novità per
amanti della buona tavola
18 **Goloso chi legge**
Grandi magie
20 **Belle maniere**
Bocconi difficili,
licenza di trasgredire
22 **Le ricette delle nonne**
I ravioli della domenica
24 **Artigiani**
Bacche di felicità.
La mponi dei Monti Cimini
26 **Classici regionali**
Sei ricette dalla Calabria
32 **Vita da cuoco**
Una giornata stellata.
Antonio Guida
Pause pranzo
36 Abbronzatissimi
98 I più buoni di tutti.
I Refettori
di Massimo Bottura
38 **La lettrice in redazione**
Un dolce ponte
sulla Manica

Il Ricettario

- Novità d'inizio estate
44 **Antipasti**
48 **Primi**
52 **Pesci**
55 **Verdure**
59 **Carni e uova**
62 **Dolci**
66 **Carta degli abbinamenti**
68 **Dispensa dei prodotti**
70 **Nel bicchiere**
L'abc del Gewürztraminer
72 **Il gusto del cinema**
Ciak, si sforna! Andrea
Bosca, attore e pasticciere
74 **Cosa si mangia**
in Georgia
Benvenuti in Paradiso
78 **Cucina veloce**
Subito pronto

Speciale Barbecue

- 82 **La griglia totale**
96 **Guarda come ti griglio**
100 **Come si mangia**
a Trieste
La bella (non più)
addormentata
108 **Invito a palazzo**
L'isola felice.
A casa di Marina Borromeo
112 **Questione di naso**
Mai mangiato un profumo?



55



74

- 120 **Con quel che c'è**
Un pranzo all'improvviso
122 **Le cucine con l'orto**
I fantastici quattro.
Tra Capri e Sorrento

La Scuola

- Per scoprire novità
e tendenze e imparare
tecniche e segreti
131 **L'oggetto misterioso**
134 **L'ingrediente**
Pomodori.
Italiani ad honorem.
135 **A lezione dai nostri**
cuochi Pesce azzurro
136 **Tecniche e dintorni**
Il gelato nel biscotto
138 **Principianti in libertà**
«Lasagnetta» croccante
140 **Fatto in casa**
Il nocino

Guide

- 142 **Indirizzi**
143 **L'indice dello chef**
143 **Misure**
144 **Menu**



103

FOOD IS ART. RESPECT IT.

Migliore
conservazione.
Prestazioni
professionali.
Tecnologia e
artigianalità senza pari.

frigo2000
high performance kitchen

02 66047477 info@frigo2000.it frigo2000.com

SUB-ZERO WOLF

subzero-wolf.com



VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana,
Piazza Castello 27, 20121 Milano.
Tel. 0285611



SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola
o l'abbonamento in edizione digitale
sulla App LA CUCINA ITALIANA
disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

www.abbonamenti.it/r10377
oppure chiamate il 199 133 199

(Il costo della telefonata per apparecchi fissi da tutta Italia è di
17,88 centesimi di euro al minuto + iva senza scatto alla risposta.
Da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato).

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi
de La Cucina Italiana e cercate
la vostra ricetta preferita tra le tantissime
che pubblichiamo ogni giorno su
lacucinaitaliana.it

I SOCIAL

Seguiteci su
facebook.com/LaCucinaitaliana
instagram.com/LaCucinaitaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

LA CUCINA ITALIANA

LA SCUOLA

Si trova a Milano
in via San Nicola 7
(angolo piazza Cadorna).
Non perdetevi i nostri corsi
di cucina e di pasticceria,
per principianti ed esperti.
E scoprite i nostri
team building culinari
dedicati alle aziende.
Vi aspettiamo!
Direttore: Giorgio Garau

scuola.lacucinaitaliana.it



LA CUCINA ITALIANA

QUALITY IS OUR BUSINESS PLAN

Ci accontentiamo semplicemente del meglio e creiamo i migliori prodotti editoriali.
Per questo abbiamo La Cucina Italiana, da quasi 90 anni la guida più autorevole
nel mondo del gusto e della tradizione italiana, AD, che da oltre 30 anni
racconta le più belle case del mondo, e i Traveller, viaggi straordinari accompagnati
da eccezionali reportage fotografici per viaggiare comodamente dalla poltrona di casa.
Tradotto in una parola, Qualità. In due parole, Condé Nast.

N. 06 - Giugno 2018 - Anno 89*

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Ari Director
BRENDAN ALTHORPE

Caporedattore
MARIA VITTORIA DALIA CIA

Web Editor
SABINA MONTEVERGINE

Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) - lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE - aodone@lacucinaitaliana.it

SARA TIENI - stieni@lacucinaitaliana.it
RICCARDO ANGIOLANI (redazione testi web) - rangiolani@condenast.it

Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
FRANCESCA SAMADEN

Photo Editor
ELENA VILLA

Cucina sperimentale
JOLLE NÉDERLANTS

Styling
BEATRICE PRADA (consulenti)

Segreteria di Redazione
VIRGINIA RIZZO - cucina@lacucinaitaliana.it

Quochi
CRISTIANO BONOLO, DAVIDE BROVELLI, CESARE GASPARRI, JOLLE NÉDERLANTS,
MATTIA PASTORI, DENIS PEDRON, DOMENICO SORANNO, LUIGI TAGLIANTI,
CRISTIANO TOMI, GIOVANNI TRAVERSONE

Hanno collaborato
ANDREA FORLANI, ANTONIA MATARRESE,
STUDIO DIVA (REVISIONE TESTI), VALENTINA VERCELLI

Per le immagini
AG. SIME, AG. TRUNK ARCHIVE, JACOPO ARDOLINO, DIEGO ARTIOLI, GIACOMO BRETZEL,
ANTONIO CALANNI, ANGELO DAL BO, FABRIZIO DI GIULIO, ANDREA FORLANI,
ANNA HUERTA, ALEX LAU, RICCARDO LETTIERI, SIMON JOHN OWEN, BEATRICE PILOTTO,
SABRINA ROSSI, PAOLO SAGIA, LIDO VANNUCCI

Direttore Editoriale e Comunicazione Corporate LUCA DINI

Direttore Generale Sales & Mktg FRANCESCA AIROLDI
Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI

Advertising Manager FEDERICA METTICA

Responsabile Content Experience Unit VALENTINA DI FRANCO. Responsabile Digital Content Unit SILVIA CAVALLI

Digital Sales Director: CARLO CARRETTONI Direttore. Moda e Oggetti Personali: MATTIA MONDANI Direttore
Beauty: MARCO RAVASI Direttore. Grandi Mercati: MICHELA ERCOLINI Direttore. Arredo: CARLO CLERICI Direttore
Triveneto, Emilia Romagna, Marche: LORIS VARO Area Manager
Toscana, Umbria, Lazio e Sud Italia: ANTONELLA BASILE Area Manager

Mercati Esteri: MATTIA MONDANI Direttore
Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra: ANGELA NEUMANN
New York: ALESSANDRO CREMONA. Barcellona: SILVIA FAURO. Monaco: FIUPO LAMI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Presidente Giuseppe Grandi

Amministratore Delegato Fausto Usai

Direttore Generale Domenico Nocco

Vice Presidente Giuseppe Mondani. Direttore Centrale Digital Marco Formento

Direttore Circulation Alberto Cava. Direttore Produzione Bruno Morano

Direttore Risorse Umane Cristina Lippi. Direttore Amministrazione e Controllo di Gestione Luca Roldi

Branded Content Director Raffaella Buda. Digital Marketing Manuela Muzza. Social Media Roberta Cianetti

Digital Product Director Pietro Turi. Head of Digital Video Rachele Willig

Digital CTO Marco Viganò. Enterprise CTO Aurelio Ferrari

Digital Operations e Content Commerce Director Roberto Albani

Sede: 20123 Milano, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285 611 - fax 0280 55716. Padova, via degli Zibarelli 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700.
Bologna, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambaccani, tel. 051225047 - fax 051222099. Roma, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249.
Parigi/Londra, 3 Avenue Hoche 75008 Paris - tel. 00331-43436975. New York, Spring Place 6, St John Lane - New York NY 10013 - tel. 2123808236.
Barcellona, Passeig de Gràcia 8/10, 3° - tel. 0034932160161 - fax 0034932427041.
Monaco di Baviera, Eisenwe 5b - 82031 Grönwald - Deutschland - tel. 0049-89-21578970 - fax 0049-89-21578973.

LA GRANDE CUCINA A CASA TUA

La cucina, prima ancora che un'arte, è una scienza esatta: per questo la precisione è indispensabile! Le bilance Accura ti aiutano a pesare e a dosare gli ingredienti in quantità anche minuscole, dal più piccolo chicco di riso fino alla zucca. Belle e affidabili, facili da usare e precise... gli strumenti perfetti per sentirti un vero chef. Aggiungi ad ogni ricetta qualche grammo di passione e creatività e sarai tu a trasformare la scienza in arte.

Bilancia digitale
da cucina ACCURA
art. 634510 - 634512 - 634514



pesa fino a: 500 g 5 kg 15 kg

tescoma.

la passione in cucina.

www.tescoma.it

Numero Verde
800777546



BORBONESE

Flagship Boutique: Corso Matteotti, 8 Milano
For info hometextile@borbone.com

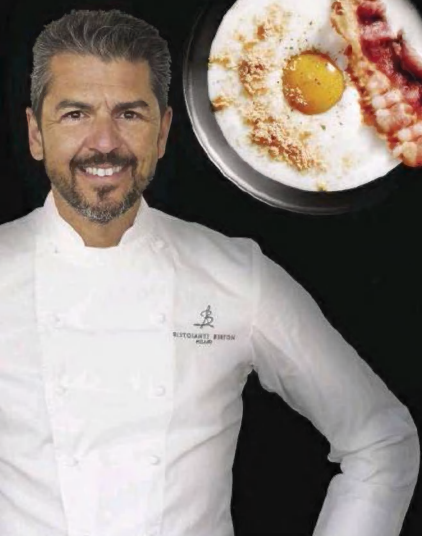
Indirizzi, aperture, oggetti e novità per amanti della buona tavola

notizie di cibo

Una tira l'altra, e tante ancora... fino ad arrivare alle 116.500 tonnellate di ciliegie, record italiano nel 2015, annata particolarmente fortunata. Cinque le principali regioni produttrici: Puglia in testa, seguita da Campania, Veneto ed Emilia-Romagna. Nella foto, le dolci Vignola, di colore scuro e polpa soda, tipiche del Modenese (1); i duri chiari, sempre di Vignola, leggermente più aciduli, ottimi sotto spirito (2); le ciliegie Ferrovia, pugliesi, tenere e precoci, maturano già a fine maggio (3); le amarene, ciliegie «acide», buone soprattutto sciropate, coltivate in Piemonte, Campania e a Modena in particolare (4).



FOTO ARCHIVIO LA CUCINA ITALIANA



Una colazione da ricordare

È un concerto di sapori per papille gustative il nuovo menu-breakfast ideato da **MGallery by Sofitel** con lo chef **Andrea Berton**. Fino a fine anno potrete provarlo negli 11 hotel boutique del marchio sparsi nelle maggiori città italiane. «Per me la colazione è da sempre un momento molto importante», commenta il cuoco stellato. Se vi è venuta l'acquolina in bocca, non perdetevi Alter Egg, sorprendente ricetta con mango, yogurt di albume, semi e chips di pancetta. sofitel.com/it



Caffè freddo 2.0

Ha una forma avveniristica in trasparenza la **Nomad Bottle** di **Nespresso**. Progettata per il caffè freddo, permette di portarlo con sé, conservandolo alla perfetta temperatura per ore. Refrigerio assicurato per nomadi (gourmand) metropolitani. nespresso.com



Come una favola

Sono davvero un sogno le nuove collezioni di **Richard Ginori**. Rieditate in parte dall'archivio storico della manifattura, hanno un che di contemporaneo. Un dedalo di meraviglie di porcellana tra cui *Totem*, ispirata agli animali selvaggi, e *Giardino dell'Iris*, dedicata a uno dei luoghi simbolo di Firenze. richardginori1735.com



Il duca della fotografia

Arrivano per la prima volta in Italia le surreali opere di **Charles March**, Duca di Richmond, personalità internazionale e fotografo di grande talento la cui inventiva ha spaziato dal mondo pubblicitario fino a una personalissima ricerca d'autore, come raccontano molto bene le 90 opere esposte, fino al 30 giugno, alla Galleria del Cembalo di Roma. galleriadeltcembalo.it



COOKING CHEF Gourmet

L'ECCELLENZA IN CUCINA.

Kenwood presenta il nuovo Cooking Chef Gourmet, l'élite delle sue Kitchen machine. L'unica impastatrice planetaria con cottura a induzione che oggi cuoce fino a 180° per creare infinite ricette: dalla cottura lenta fino alla cucina wok. Il nuovo display intuitivo include 24 programmi automatici professionali per rendere più semplici le fasi di preparazione: dagli impasti dolci o salati ai risotti, dalle salse alle meringhe, dalle composte alle gelatine con Cooking Chef Gourmet non ci saranno più limiti in cucina.



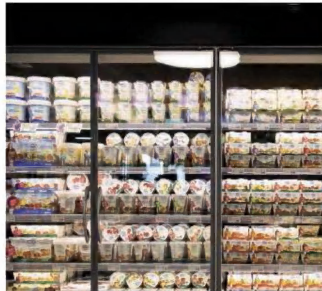
Vai sul sito cookingchef.net e configura il tuo nuovo Cooking Chef Gourmet: scegli fra oltre 20 accessori e potrai ricevere un'offerta esclusiva dedicata a te.



KENWOOD

Sicilia, amore mio

Trasformare un frullatore a immersione in un oggetto di culto? Ci hanno pensato **Smeg** e Dolce & Gabbana. Il brand di elettrodomestici e la maison più mediterranea proseguono la loro collaborazione con tre nuovi pezzi della collezione *Sicily is my love*. Segni particolari: decori vividi e motivi ispirati alle maioliche di Caltagirone. smeg.it/sicily-is-my-love



Freschissimo bistro

Grandi vetrate aperte sui boschi dell'Alto Adige, interni di design in legno di abete e un'incautevole terrazza con giardino pensile sul tetto. Accorda modernità e tradizioni di montagna il nuovo **Mila Shop & Bistro** di Bolzano. L'azienda, celebre per il suo yogurt, ha ora un luogo nuovo che unisce un ristorante con un menu alla carta dedicato ai sapori locali e un negozio dove trovare tutti i prodotti del marchio e molte altre specialità altoatesine. mila.it



Tutto molto conviviale

Anche quest'anno splendidi abiti e una suggestiva cena di beneficenza saranno gli ingredienti di Convivio, mostra-mercato benefica della moda italiana, in collaborazione con *Vogue Italia*, per sostenere Anlaids, nella ricerca contro l'Aids. Dal 6 al 9 giugno, a Milano. conviviomilano.it



Aperitivo (con battello)

Fino al 10 giugno, la riproduzione fedele di uno chalet di montagna, montato su un battello, scivolerà sulle acque dei Navigli milanesi. Per chi volesse salire a bordo, degustazioni di **Emmentaler Dop**, **Sbrinz Dop** e altri eccellenti **Formaggi Svizzeri**, ma anche musica live e workshop culinari. formaggisvizzeri.it



PANBOO®

THE NEW RITUAL IN COOKING



DELLA STESSA MATERIA DI CUI È FATTA LA VITA

- unica pentola al mondo completamente in carbonio
- unica pentola al mondo che funziona su ogni sistema di cottura, inclusi induzione e microonde
- perfetta per ogni cibo da cucinare
- realizzata con materiali rinnovabili e riciclabili
- cucina con meno grassi, totalmente antiaderente
- massima stabilità, totale indeformabilità
- pensata, disegnata, testata da un giovane designer e da un grande chef, **Attila Veress e Davide Oldani**

FIAMMA INDUZIONE RADIANTE ELETTRICO CERAMICA ALOGENO FORNO MICROONDE

L'UNICA AL MONDO
ADATTA A TUTTE
LE FONTI DI CALORE

99,9% CARBONIO - 100% MADE IN ITALY - 100% CHEF

Volti d'eccezione per nuovi stili di vita



La salute e la sostenibilità sono temi sempre più urgenti. L'impegno di Ikea dimostra che si può cambiare, in meglio

Una cucina attenta al gusto e al benessere, ma anche alla bellezza e alla salute del pianeta: sono questi gli obiettivi che **Ikea** si è posta in occasione della sua ultima campagna «Siamo fatti per cambiare». Per questo, ha rinnovato il suo settore dedicato al cibo e si è affidata all'esperienza di **Marco Bianchi** (nella foto in bianco e nero), divulgatore scientifico e paladino dell'alimentazione sana ed ecosostenibile, per inserire nei menu dei suoi ristoranti due sue ricette, i Bio panini gourmet e gli Straccetti di salmone agli agrumi con riso nero. E siccome ciò che è buono deve essere bello, l'azienda svedese ha coinvolto anche i foodblogger di **Gnambox** Riccardo e Stefano (nella foto in alto) nell'allestimento di tavole in stile. ikea.com_gnambox.com

Per festeggiare? Acqua!

È un'edizione limitata la bottiglia creata da **Chiarella** in occasione della mostra itinerante 100x100 Achille, organizzata dalla **Fondazione Achille Castiglioni** per celebrare i 100 anni dalla nascita del maestro. Si chiama Zero66 (litri): un formato speciale, con etichetta dedicata, in vendita per tutto il 2018. chiarella.it_fondazioneachillecastiglioni.it



Giovane e pop

La nuova macchina per l'espresso **Tiny**, di **Lavazza**, è veloce, compatta e funziona con un solo tasto. La «carrozzeria» ha 6 colori talmente pop che nella scorsa edizione del Fuorisalone durante la Milano Design Week è stata presentata la **Tiny Lipstick Edition**, creata con la collaborazione di **Toilet Paper**, provocatorio magazine di arte. lavazza.it

ESTATE? MOJITO NNO!



felicia
piacere puro, gusto naturale.



scopri la video ricetta



f @ y www.glutenfreefelicia.com



In senso orario, i protagonisti di *Napolitaners*, la locandina del docufilm e l'autore e regista, lo speaker radiofonico Gianluca Vitiello.

mi da casa. I collettori principali? Il cibo e la musica.

Uno dei capitoli del film si intitola *Magnamme: che cos'è?* Parla di ristoratori: che non sono solo pizzaioli, ma anche celebri cuochi e imprenditori. Come Alessio Matrone, proprietario di *It a Ibiza*, con cui collabora anche lo chef stellato Gennaro Esposito. Quali storie l'hanno colpita di più?

Quella di Peppe, per esempio, fondatore di *Napoli stà cà a Tokyo*: due ristoranti e una bakery amatissimi dai giapponesi, ma anche quella del cantante Tony Arca, che a Milano si è inventato una conetteria notturna che offre le migliori sfogliatelle in città: il venerdì sera tutti i napoletani in città si vedono lì.

Il film è stato presentato a Milano, Milano, Napoli e Tokyo: prossima tappa?

New York: presenterò *Napolitaners* da *Ribalta*, locale storico gestito da Rosario Procinò e Pasquale Cozzolino vicino a Times Square. Un vero «tempio per i napoletani»: oltre a proporre ricette tipiche partenopee, è la sede del Club Napoli Calcio. SARA TIENI

NAPOLITANERS

UN DOCUFILM DI GIANLUCA VITIELLO



Sapori partenopei

20 storie, un solo filo conduttore: il gusto napoletano per la vita

Il profumo della pasta alla genovese è la fibra ottica del cuore che collega ogni napoletano sparso nel mondo immediatamente a casa sua, ovunque sia. C'è del romanticismo culinario nelle parole di Gianluca Vitiello quando parla di *Napolitaners*, docufilm da lui girato e prodotto sui napoletani celebri nel mondo. Artista e speaker di Radio DeeJay, Gianluca, a Milano da 11 anni, racconta in 16 capitoli e 80 minuti le storie di 20 concittadini che ce l'hanno fatta nel mondo, passando da Milano, New York, Tokyo, Berlino e Ibiza.

Chi sono i *Napolitaners*?

Una community sempre connessa. Napoli la portano nel cuore, anche se sono lontanissi-

Gianluca conduce con il collega Nicola Vitiello *Dee Notte*, format radiofonico che parla con gli italiani di sesso, sentimenti e buon cibo. Ad aggiornarvi su quest'ultimo tema, sarà ospite anche il nostro direttore Maddalena Fossati con golose novità.

FINALMENTE ANCHE GLI INTOLLERANTI AL GLUTINE HANNO IL GUSTO DELLA SCELTA



SFOGLIA, BRISÉE E BASE PER PIZZA BUITONI: TANTO GUSTO E SENZA GLUTINE

La sfoglia, la brisée e la base per pizza rotonda, le basi fresche senza glutine diventano una famiglia.

Ideali per tante gustose ricette, aspettano solo di sposare la tua fantasia. Provale tutte!



SENZA GLUTINE

Specificamente formulato per persone intolleranti al glutine



L'ABITUDINE DI CAMBIARE



Scopri tutte le ricette su Buitoni.it



GRANDI MAGIE

Raccogliere, coltivare, cucinare e portare in tavola: per **Angela Odone** autentici incantesimi con cui l'uomo da sempre trasforma un bisogno in momenti di piacere, felicità, eleganza. Li trovate tutti nei libri di questo mese



Bisogna procedere a piccoli passi per diventare dei veri «mangiatori stagionali». Eva Kosmas Flores, autrice di questo ricettario in inglese (sono sue anche le foto), con inesauribile entusiasmo e amore per il pianeta, ci porta alla meta, stagione dopo stagione. **Mi piace perché** all'inizio di ogni capitolo ci sono i consigli per provare a coltivare gli ingredienti usati nelle ricette. Eva Kosmas Flores, *First We Eat: Good Food for Simple Gatherings from My Pacific Northwest Kitchen*, Abrams Books, 26,35 euro, amazon.it

Chips di pomodorini arrostiti

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

500 g pomodorini ciliegia
olio extravergine di oliva
sale in fiocchi – pepe

Riscaldate il forno a 175 °C.

Dividete a metà i pomodorini e raccoglieteli in una ciotola di grandi dimensioni.

Condite i pomodorini con abbondante olio, sale e pepe e mescolateli con delicatezza in modo che il condimento si distribuisca uniformemente.

Distribuite i pomodorini su una o più placche foderate di carta da forno e infornateli a 175 °C.

Cuoceteli per 50-60 minuti (il tempo varia a seconda di quanto sono sugosi). A fine cottura dovranno essere asciutti e dorati lungo i bordi, mentre il volume dovrà essersi ridotto della metà. Lasciate raffreddare i pomodorini del tutto prima di servirli come snack.



ANCORA GALATEO?

Sì, perché non si finisce mai di imparare. L'autrice novantenne, ma modernissima, ne è la prova. **Mi piace perché** fa sognare, di tavole impeccabili e di riverenze eseguite come si deve. Elda Lanza, *Il tovagliolo va* a sinistra, Vallardi, 14,90 euro



ANDAR PER SENTIERI

Dolomiti o Gran Paradiso non fa differenza: è l'amore per le erbe (commestibili) di montagna che accomuna due grandi cuochi. **Mi piace perché** ci sono le schede illustrate della botanica Lucia Papponi. M. Susigan e A. Gilmozzi, *La cucina delle erbe spontanee*, Giunti Editore, 25 euro



SCHERBET-SORBETTO

Un saggio avvincente, con ricette, sulla cultura gastronomica dell'Islam. **Mi piace perché** in cucina sono di più le cose che uniscono rispetto a quelle che separano. Peter Heine, *Delizie d'Oriente*, Sellerio, 16 euro

UBENA

dal 1923

Un'esplosione unica di gusto e aroma!

Scopri la nuova linea tappi macina: le migliori spezie in un nuovo formato premium



Nuovo macinino in ceramica – Ricaricabile!



FOTO RICCARDO LETTIERI

BOCCONI DIFFICILI: LICENZA DI TRASGREDIRE

Dalla tavola al picnic lo stile è fatto di gesti semplici. Almeno in apparenza

di FIAMMETTA FADDA

Facile essere stilosi ad Ascot, col cestino del picnic attovagliato da un contemporaneo Jeeves, o durante un safari di lusso con il boy che prepara la tavola sotto il baobab.

Ma come se la caverebbero questi signori, per dire, davanti a uno «spago» allo scoglio? La risposta ineccepibile è: sollevando le conchiglie con le mani e succhiandone il contenuto. L'unica alternativa a questo felice rito primitivo consiste nel farsi servire i frutti di mare già sgusciati. I buongustai inorridiscono, ma nel caso di un invito a casa con ospiti un po' alla cieca (la nuova amica del nostro vecchio amico sarà abbastanza disinvolta?) è meglio scegliere l'opzione civilizzata.

Crostacei?

Per quelli piccoli, la faccenda può svolgersi staccando la testa e abbandonandola nel piatto anziché succhiarla religiosamente. Aragoste e astici completi dell'intero carapace sono exploit da ristorante (a casa la saggezza consiglia polpa di granchio senza patemi),

dove devono arrivare al tavolo completi di 1) pinze per frantumare le chele e 2) forchettina a due punte per estrarne il contenuto. Un lavoraccio, spesso poco gratificante, anche perché, se i crostacei hanno viaggiato qualche giorno, la polpa si ritrae. Dopo, comunque, bisogna lavare le dita. Quattro le opzioni. 1) Elegante: una ciotola di acqua tiepida con fettine di limone (no ai petali di rosa, fanno Dubai), 2) Japanese-style: una salviettina bagnata e strizzata caldissima o freddissima, 3) Squallida: una bustina rinfrescante stile aereo, 4) Horror: il cilindretto di cotone assorbente che, innaffiato, si gonfia a dismisura. Purtroppo ricorda qualcosa.

Picnic?

Non degnate di uno sguardo i libri che mostrano cestini di vimini infiocchettati e disseminati di scomparti. Se ci sono di mezzo le posate, metà del bello se ne è già andato. Ma non per questo bisogna rinunciare al piacere dell'eleganza. La regola aurea è: tutto formato boccone.



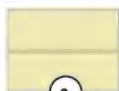
No alle insalate mollicce, no alle salse oleose, no alle creme. No alle ciotole colme di qualcosa da trasferire in piatti su piatti. Sì al pollo freddo già tagliato, alle polpette e ai cubi di frittata (non *baveusel*!) infilzati su uno stecco, a minicarote e ravanelli da sgranocchiare.

Panini?

Sì, ma non tutti. No a quelli pluristrato, ingestibili, no ai sandwich aperti da comporre al momento con sterminio di salse e ingredienti. Sì ai sandwich stile anglosassone dove eleganza e praticità coincidono: ovvero due morbide fette di pane a cassetta cui sia stata tolta la crosta intorno, farcite con ingredienti affettati molto sottilmente e/o tali che, schiacciando, il ripieno non fuoriesca. In pratica, oltre ai salumi, omelette alle erbe, lattuga e uova sode, formaggio e noci, roast-beef e senape. Ogni sandwich avvolto con eleganza quasi origami in carta oleata, secondo lo schema di piegatura che trovate qui sotto.



1
Ponete il sandwich sul foglio di carta oleata lasciando un bordo di quattro dita nella parte alta e di tre nei rimanenti.



2
Unite al centro due lembi di carta opposti: tenete sopra quello più lungo e rimboccatene il bordo verso l'interno.



3
Piegare a triangolo le parti laterali.



4
Ripiegate in sotto i due triangoli. Legate il pacchetto con uno spago rustico per una presentazione più elegante.

FOTO R. LETTIERI

PROSCIUTTO DI SAN DANIELE
SD

NATURALE
perché fatto solo con carne di maiale italiano, sale marino e l'aria di San Daniele.

SINCERO
perché non ha segreti, solo un ambiente intatto e magie naturali; terre alte, le Alpi, l'Adriatico e il vento.

...UNICO
perché più che un Prosciutto è una cultura.

Il segreto del San Daniele è San Daniele

www.prosciuttosandaniele.it



Testi LAURA FORTI, Foto ANNA HUERTA

I ravioli della DOMENICA

Sono tipici di Pantelleria, con un ripieno di ricotta e menta. Rosa, nata e vissuta nell'isola siciliana per tutta la vita, li preparava per la sua famiglia, ritagliandoli uno per uno con il tagliapasta. I suoi segreti? Bisognava rubarli con gli occhi...



Era molto gelosa delle sue ricette, non le rivelava a nessuno. Se volevamo imparare, dovevamo stare molto attente e rubare con gli occhi i suoi segreti». Così Maria Concetta ricorda la nonna Rosa, carattere forte e tempra d'acciaio, in grado di mettere in riga marito, figlio, nipoti. Nata nel 1921 e vissuta sempre a Pantelleria, isola profumata e fertile, Rosa era l'ultima di otto fratelli ed era un'ottima cuoca: cucinava per tutta la famiglia e poi anche per gli ospiti dell'agriturismo, che hanno sempre apprezzato i piatti genuini e semplici offerti per cena. Oltre a questi ravioli, uno dei suoi cavalli di battaglia, sono rimasti leggendari i suoi dolci, soprattutto i cannoli. «Quelli che preparava lei avevano un guscio molto più delicato rispetto ai classici siciliani, da riempire solo all'ultimo momento prima di mangiarli. Fatti così non potresti mai trovarli in pasticceria, il guscio non resisterebbe».



Nei giorni di festa si cominciava a cucinare al mattino, per accontentare la famiglia al completo. Nelle foto, alcuni passaggi della preparazione dei ravioli, le mani operose di nonna Rosa e il suo viso sorridente mentre setaccia la farina.



Ravioli ricotta e menta

«Il pranzo della domenica, nella tradizione contadina, è sempre stato un'occasione per fare festa tutti insieme, a cui nessuno rinunciava. Mentre durante la settimana ci si arrangiava con quel che c'era, alla domenica, quando figli e nipoti si riunivano intorno alla tavola, si preparavano piatti più ricchi. Come questi ravioli, con la pasta all'uovo, e magari il sugo di carne».

Impastate farina, uova, olio extravergine e un pizzico di sale; aggiungete acqua quanto basta per ottenere un panetto omogeneo. Lasciatelo riposare per 30 minuti coperto. Intanto preparate il ripieno, lavorando la ricotta con un uovo, sale, pepe e abbondante mentuccia tritata finemente. Stendete la pasta in sfoglie sottili, ritagliatevi delle strisce di pasta e disponetevi il ripieno a ciuffi. Chiudete la sfoglia ripiegandola sopra il ripieno, poi ritagliate la pasta intorno con un tagliapasta dentellato, ottenendo i ravioli. Cuoceteli in abbondante acqua bollente salata e scolateli. Conditeli con una salsa di pomodoro al basilico oppure con burro e salvia o ragù di carne.

Che cosa serve per 6 persone

Per la pasta: 500 g di farina 00, 3 uova, 3 cucchiaini di olio extravergine, sale. Per il ripieno: 500 g di ricotta, 1 uovo, sale, pepe e mentuccia fresca. Per il condimento: 800 g di salsa di pomodoro o di ragù; in alternativa, 150 g di burro fuso con abbondante salvia.

BACCHE DI FELICITÀ

Nei boschi del Lazio c'è l'azienda agricola di un ex barista con una laurea in economia e un pallino: farvi assaggiare le migliori conserve di lamponi del mondo

Testi SARA TIENI



A sinistra, Massimiliano Biaggioni durante la raccolta manuale dei lamponi alle pendici della Faggeta dei Monti Cimini, eletta dall'Unesco Patrimonio naturale dell'Umanità. Sopra, i lamponi gialli sono una delle quattro varietà coltivate nell'azienda.

Rosso, soffice al palato, un po' peccaminoso. Nell'immaginario di Massimiliano Biaggioni il paradiso è fatto di lamponi, è dolce e piacevolmente acidulo. La sua è una storia particolare. Archiviata una laurea in economia e commercio, per anni ha fatto di tutto, dal barista all'agente di viaggio. Finito a Londra, viene (ri)folgorato dalla passione d'infanzia per i piccoli frutti rossi. Da lì la decisione di mollare tutto, tornare a casa e dedicare a quella visione una nuova impresa. Così, nel 2011 nasce la sua azienda agricola. Il luogo eletto per le coltivazioni diventa anche un marchio: *Lamponi dei Monti Cimini*, quattro varietà raccolte a mano, alle pendici della Faggeta dei Monti Cimini, a

circa 800 metri di quota, nel Viterbese. **Perché le piacciono così tanto i lamponi?** «Mi affascinarono da bambino e ho voluto studiarli meglio. Pensi che ne esistono ben 200 cultivar, di cui 15 utili per scopi alimentari. Qui crescono bene perché c'è il giusto equilibrio di sole, pioggia e umidità, che consente di non trattare le piante con prodotti chimici. Il primo appezzamento di terreno? Il giardino dei miei, ai tempi in pensione da poco. Oggi lavoro con mia madre Pucci, i miei fratelli e la mia fidanzata Daniela, architetto».



La vostra specialità?

«All'inizio vendevamo solo lamponi freschi. Poi ci è venuta la voglia di fare qualcosa di più e da quest'anno siamo passati esclusivamente alle conserve di lamponi. Ci siamo concentrati sulle confetture aromatizzate, al peperoncino, allo zenzero o alla lavanda, con solo il 20% di zuccheri aggiunti. Vado molto fiero anche della nostra polvere di lamponi e stiamo mettendo a punto una linea di formaggi caprini aromatizzati con semi e polpa essiccata. Il sogno? Un aceto balsamico di lamponi».

Abbinamenti ideali?

«Le conserve sono ottime con formaggi stagionati e con i salumi. La polvere la consiglio sul risotto o sui carpacci di carne e pesce. Sono prodotti versatili, molto usati nei ristoranti. Ce li chiedono anche dalla Russia e dal Giappone».

Del lampone si usano solo i frutti?

«Sono buone anche le foglie. Quelle più tenere si usano da sempre per preparare una tisana dal forte potere antiossidante. Insomma, altro che superfood».



LINDA IMPEGNATA PER UN SISTEMA DI PRODUZIONE SOSTENIBILE

Scopri come cambiare anche tu il mondo con le scelte di ogni giorno su alcenero.com



Agricoltori biologici dal 1978

Classici regionali

SCORZE DI CEDRO
AL GELO

Colazione

TORTA
DI MANDORLE

INFUSO DI LIQUIRIZIA

«LAGANE»
E CECI

Pranzo

GITA IN CALABRIA

Il cedro e la liquirizia, le verdure maturate al sole, il pesce. Dalla mattina alla sera, a tavola con la pienezza e il calore del Mediterraneo

Ricette JOËLLE NÉDERLANTS, Testi VALENTINA VERCELLI, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

Torta di mandorle

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

180 g farina
120 g zucchero
70 g burro più un po'
50 g mandorle sgusciate
20 g mandorle a lamelle
3 uova
latte
lievito per dolci
cedro
sale

Tritate le mandorle sgusciate.

Montate gli albumi a neve.

Lavorate il burro morbido con lo zucchero e un pizzico di sale; aggiungete quindi i tuorli, uno alla volta, e la scorza grattugiata di mezzo cedro, sempre mescolando.

Continuate a lavorare il composto con le fruste elettriche per 10 minuti, poi aggiungete le mandorle tritate e 5 cucchiaini di latte, uno alla volta. Infine, mescolando con delicatezza, incorporate gli albumi montati, 1 cucchiaino di lievito e la farina, poco alla volta.

Imburrate uno stampo a cerniera (ø 20 cm), fate aderire ai bordi dello stampo la metà delle mandorle a lamelle, quindi trasferitevi l'impasto, compattandolo bene. Decorate la superficie con le lamelle di mandorla avanzate, quindi cuocete la torta nel forno statico a 180 °C per 50 minuti circa.

Scorze di cedro al gelo

Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

70 g zucchero
1 cedro

Tagliate a pezzetti la scorza del cedro, tenendo anche la parte bianca.

Mescolate le scorze in una scodella con lo zucchero, premendole leggermente, in modo che lo zucchero aderisca bene.

Adagiate le scorze su una placca rivestita di carta da forno, raffreddatele in freezer per 30 minuti, quindi servitele.

Infuso di liquirizia

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

liquirizia in polvere
in alternativa un bastoncino
o pastiglie di liquirizia nera

Mescolate bene mezzo cucchiaino di liquirizia in polvere (potete ottenere la polvere frantumando un pezzo di liquirizia nera purissima) in 1 litro di acqua tiepida.

Fate raffreddare in frigorifero e servite.

«Lagane» e ceci

Impegno Medio
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

«LAGANE»
200 g farina 0
200 g semola rimacinata più un po'
CONDIMENTO
250 g ceci lessati – 50 g guanciale
20 g peperoncino dolce secco
4 pomodori maturi
½ peperoncino piccante secco
aglio – prezzemolo
brodo vegetale
olio extravergine di oliva – sale

«LAGANE»

Mescolate la farina con la semola, quindi aggiungete 200 g di acqua, poca per volta, e impastate finché non otterrete un composto omogeneo.

Spolverizzate il piano di lavoro con un po' di semola e lavorate l'impasto finché non diventerà liscio e omogeneo.

Stendetelo ottenendo una sfoglia di 2 mm di spessore e ritagliatevi delle strisce di 3 cm di larghezza e 7 cm di lunghezza («lagane»).

CONDIMENTO

Soffriggete in un tegame 4 cucchiaini di olio, 2 spicchi di aglio schiacciato con la buccia, il guanciale tagliato a dadini, i peperoncini, i pomodori a pezzi, 1 cucchiaino di prezzemolo tritato e una presa di sale per 5 minuti. Aggiungete i ceci, lasciate insaporire mescolando per 2 minuti, quindi unite un paio di mestoli di brodo vegetale e proseguite la cottura per altri 3 minuti.

Cuocete le «lagane» in abbondante acqua salata per 5-6 minuti, scolatele,

unitele al condimento di ceci, mescolate e servite, aggiungendo a piacere un filo di olio crudo e poco prezzemolo tritato.

Sgombri ripieni

Impegno Medio
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg 4 sgombri
120 g pane casareccio raffermo
40 g formaggio pecorino grattugiato
40 g capperi – prezzemolo
olio extravergine – sale

Pulite gli sgombri, eliminando testa e interiora; apriteli a libro, lasciando la coda, eliminate le lisce e lavateli bene.

Dissalate i capperi e tritateli con un ciuffo di prezzemolo.

Ammollate la mollica del pane con qualche cucchiaino di acqua, poi mescolatela con il prezzemolo, il pecorino, i capperi, 4 cucchiaini di olio e un pizzico di sale, finché non otterrete un composto omogeneo (ripieno).

Distribuite il ripieno sui 4 sgombri, richiudeteli e legateli con spago da cucina. Adagiateli su una teglia rivestita di carta da forno e coperta, a piacere, con delle foglie di limone, irrorateli con un filo di olio e cuoceteli a 180 °C per 20 minuti circa.

Insalata di melanzane, cipolle e patate

Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

2 cipolle di Tropea – 2 patate
1 melanzana – origano
menta – aceto
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Lavate la melanzana e cuocetela intera in acqua bollente salata per 30 minuti.

Lessate patate e cipolle intere con la buccia in acqua salata per 40 minuti.

Sbucciate tutte le verdure e tagliatele a pezzi.

Condite con un pizzico di origano, qualche foglia di menta spezzettata, olio, aceto, sale e pepe e portate in tavola.

INSALATA
DI MELANZANE

Cena

SGOMBRI
RIPIENI

LA CUCINA ITALIANA PER ALTO ADIGE

MOZZARELLA D'ALTA QUOTA

VIENE DALL'ALTO ADIGE/SÜDTIROL UNA NUOVA, SORPRENDENTE VERSIONE DI UN CLASSICO LATTICINO ITALIANO

È morbida e freschissima, tutta da scoprire (e assaggiare) la mozzarella **Qualità Alto Adige/Südtirol**. Incuriositi? Il celebre latticino tipico del Sud Italia infatti è entrato a far parte delle eccellenze casearie di questa regione del Nord. È una mozzarella tutta nuova dal sapore unico dato dal cosiddetto "latte fieno" lavorato entro 24 ore dalla mungitura a marchio Alto Adige. Che cos'è il latte fieno? Quello ricavato da mucche alimentate solo con erba fresca, fieno e cereali, escludendo qualsiasi mangime OGM e insilati. Un prodotto di altissima qualità che ha meritato il marchio europeo STG (**Specialità Tradizionale Garantita**). Un ingrediente 100% Alto Adige per un prodotto genuino, di grande successo, garantito dai controlli di qualità della mungitura e lungo tutte le fasi di lavorazione. Non vi resta che sbizzarrirvi in cucina con la Mozzarella di Qualità Alto Adige/ Südtirol: provatela sulla pizza, con verdure. E persino in un originale abbinamento con la frutta. Il suo sapore vi stupirà.



IL MARCHIO DELLA QUALITÀ GARANTITA

- Il marchio Qualità Alto Adige/Südtirol è sinonimo di:
- Provenienza del latte solo da aziende agricole montane altoatesine
 - Controlli di qualità dalla mungitura a tutte le fasi di lavorazione
 - Alimentazione 100% naturale del bestiame, no OGM
 - Benessere e salute animale

Mozzarella Brimi con Latte Fieno.
Amerai tutto ciò che l'ha creata.

Novità



Da Brimi, Mozzarella Fior di Latte con Latte Fieno:
tutto il gusto dell'Alto Adige.

Le nostre mucche vengono nutrite in modo tradizionale solo con erba fresca, fieno e cereali. Per un mausiau naturalmente genuino.



brimi.it

UNA GIORNATA STELLATA



«Cucinare è come suonare il piano, più lo fai più diventi bravo»: questa è la filosofia di Antonio Guida, grande interprete della buona tavola in un ristorante di Milano. Lo abbiamo seguito al lavoro, dalla prima colazione alla cena

Testi MADDALENA FOSSATI, Foto GIACOMO BRETZEL



Pugliese di Depressa, frazione di Tricase nel Lecce, Antonio Guida, quarantacinque anni, è lo chef del ristorante Seta presso l'hotel Mandarin Oriental a Milano dal 2015, anno in cui ha aperto e in cui si è aggiudicato la prima stella Michelin. La seconda è arrivata nel 2016, anche se Antonio, alle stelle, non è nuovo visto che quando lavorava all'hotel Il Pellicano, a Porto Ercole, se ne era già aggiudicate due, rispettivamente nel 2004 e nel 2010. E ha avuto grandi maestri, uomini stellari e stellati. Da Pierre Gagnaire a Parigi, celebre cuoco con la barba bianca, a l'Enoteca Pinchiorri a Firenze fino a Don Alfonso sulla Costa d'Amalfi, prima di approdare al La Terrazza dell'Hotel Eden. Un uomo con le stelle, ma anche un uomo molto semplice e operoso. Basta vedere la sua giornata.

7.30 Buongiorno!

È l'ora in cui ci si sveglia in casa Guida, nel centro di Milano, dove Antonio abita con la moglie Luciana e la figlia Viola di quattro anni. «Ci alziamo tutti insieme perché mia figlia va all'asilo. Per colazione non mangio nulla, bevo solo un caffè, il primo di molti altri e poi corro al lavoro». Esce quasi sempre in bicicletta, «mi piace pedalare per la città la mattina presto, prendere aria, godermi l'atmosfera di Milano ancora un po' assonnata, ma già di corsa e pronta a dare lo sprint di sempre. E il ristorante è centralissimo, a pochi passi dal Duomo, una fortuna!».

8.30 In cucina

All'arrivo in hotel, scatta il secondo caffè di solito con Federico Dell'Omarino (l'ex executive sous chef, qui sotto e in basso, a destra) e Nicola Di Lena, il pasticciere (nella foto in basso, sulla sinistra). «Di solito mangio un croissant, ma confesso che, in questo periodo, Nicola sta facendo un cheesecake alle albicocche strepitoso e spesso cedo alla tentazione. Subito dopo faccio un giro al buffet della colazione per verificare che tutto sia a posto, è un rito di sempre, prima di quelli che chiamiamo *morning meeting* (siamo una compagnia internazionale) con il direttore e tutti i manager di reparto come il food and beverage, il servizio in camera... Gestiamo le prenotazioni, le occasioni speciali, o le situazioni più curiose. Un esempio?



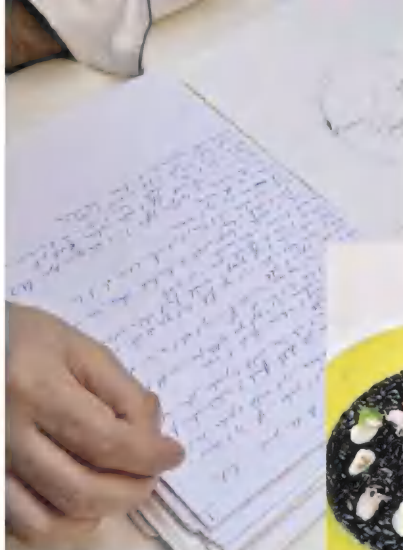
La settimana scorsa un cliente neozelandese ha voluto riservare quattro volte di fila il nostro chef's table e abbiamo dovuto riorganizzare la sala. Oppure vediamo come reagire ai reclami, se ce ne sono, pochi in genere per la verità. Finita la riunione, mi occupo dei fornitori, di quello che è arrivato, controllo che sia tutto in ordine, vedo le prenotazioni, vado al ristorante e poi in cucina. Qui mi aspetta una parte interessante del lavoro. Mi capita di pulire il pesce insieme ai ragazzi o pelare le patate come quando ero un ragazzino! Mi serve per non perdere il contatto con la mia brigata e con il cibo. Credo che la cucina sia come il pianoforte. Bisogna suonare tanto per migliorare. Poi ci concentriamo sui piatti. Adesso siamo su un nuovo risotto e su un pollo in tre varianti: cotto in crosta di sale con salsa all'uvetta e limone, la coscia con il brodo di granchio (un tipo di granchio dell'Atlantico), e il collo con le rigaglie».





12.00 Il pranzo

«Mangiamo presto tutti insieme nella mensa dell'hotel che serve ogni giorno circa 180 pasti. Una cucina a tutti gli effetti! La gestisce Alessia, la moglie di Nicola (il pasticciere) e ci prepara sempre cose semplici e buone. Di solito preferisco stare leggero, prendo dei legumi oppure un'insalata, in ogni caso poco, perché durante il servizio assaggio molto e molti ingredienti diversi. Devo restare a palato pulito e stomaco non pieno. Poi inizia il servizio e di solito sto al passo, chiamo le comande, controllo che i piatti siano perfetti, assaggio, aiuto qualcuno dei ragazzi, se è in difficoltà. Ho una brigata molto veloce e attenta».



Da sinistra, Guida in mensa con la sua brigata, appunti di ricette, un riso classico di Antonio con nero di seppia, calamaretti spillo e crema di riso alla curcuma. In basso, lo chef salentino nella cucina del Seta.



15.00 La pausa

«È l'ora in cui finiamo il servizio ed è anche il momento in cui posso tornare a casa. Di solito, cerco di fare una penicillina per aspettare che tornino le mie "ragazze" (mia moglie Luciana e la piccola Viola), poi sto un po' con mia figlia e verso le cinque riparto per il Seta dove mi aspetta la serata».

17.30 Tutto è pronto

«Eccomi di nuovo al lavoro! Prima andiamo in mensa per un boccone veloce giusto per riuscire a tenere fino a notte fonda, e poi passiamo al briefing con la sala. È un momento importante perché i ragazzi che raccontano i nostri piatti sono come i nostri ambasciatori. È fondamentale che si sentano un gruppo unico e compatto insieme con la brigata dei cuochi. Dopo aver controllato gli aperitivi, mi chiudo in cucina per il servizio e ci resto fino a quando uscirò a salutare i clienti. Ci tengo molto ad ascoltare i loro pareri, anche negativi certo, i suggerimenti, m'ispira molto nella creazione dei miei piatti e mi piace vedere le persone felici dopo una cena al Seta. L'ultima comanda la prendiamo alle 22.30 quindi, in generale, finiamo

verso l'una o le due di notte, dipende dalla sala. Non mi pesa mai, anzi, e finisco il servizio quasi sempre con un bicchiere di vino con Federico e Nicola, magari accompagnato da qualcosa da mangiare! Mi aiuta a rilassarmi dopo la tensione. È anche per questo che mi piace tornare in bici o addirittura a piedi quando la città è già andata a dormire». ■



Nei cantoni della Svizzera centrale nasce il sapore aromatico dello Sbrinz DOP.



Grazie al latte di prima scelta delle mucche che pascolano libere, i caseifici d'alpeggio e di fondovalle nella Svizzera centrale producono ogni giorno lo Sbrinz DOP, formaggio naturale al 100% stagionato nella stessa zona di origine.

Il suo sapore intenso è sempre invitante: perfetto da grattugiare nei risotti e per i gratin al forno, ma anche tagliato a tocchetti per arricchire le insalate. Ideale con l'aperitivo e come goloso snack in ogni occasione.

LATTE 100% SVIZZERO

SENZA CONSERVANTI NÉ ADDITIVI

SENZA GLUTINE

NATURALMENTE PRIVO DI LATTOSIO



Svizzera. Naturalmente.

Formaggi dalla Svizzera. www.formaggisvizzeri.it



Crema solare
Maria Galland,
da Sephora.



ABBRONZATISSIMI

La «schiscetta» per prepararsi alle vacanze imminenti, con frutta e verdura ricche di quel betacarotene che aiuta la tintarella perfetta

Pollo con melone, carote e riso nero

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 1 PERSONA

200 g sovracoscia di pollo
150 g carote gialle e arancioni
100 g melone
50 g riso nero

15 g zenzero fresco
1 peperone friggibile – lime
sedano – cipolla
olio extravergine di oliva
sale – pepe rosa

Togliete la pelle e cuocete la sovracoscia di pollo in acqua bollente salata, con 1 gambo di sedano, 1 carota e ½ cipolla per 35-40 minuti.
Lasciate raffreddare il pollo e sfilacciatene la polpa, eliminando l'osso.
Cuocete il riso per 20 minuti in acqua bollente salata, aromatizzata con

10 g di zenzero, quindi scolate il riso ed eliminate lo zenzero.
Mondate il melone e il resto delle carote e tagliateli a pezzetti; eliminate i semi del peperone e tagliatelo a rondelle.
Preparate una vinaigrette con 2 cucchiaini di olio, il succo di 1 lime, 1 pizzico della sua scorza grattugiata, il resto dello zenzero grattugiato, 2 pizzichi di sale e una macinata di pepe rosa.
Mescolate il pollo con il melone e le verdure e conditeli con la vinaigrette.
Completate a piacere il pasto con una porzione di albicocche.

TESTI V. VERCELLI, FOTO R. LETTIERI, STYLING B. PRADA

www.santanna.it

PIRELLA GÖTTSCHE LOWE

Sant'Anna
SanTHÈ



BUONO COME LO IMMAGINI

SANTHÈ SANT'ANNA: AL LIMONE, ALLA PESCA E AL THÈ VERDE.

NUOVA RICETTA: i migliori ingredienti selezionati, con vero infuso di thè e la leggerezza di Acqua Sant'Anna. Tutti naturalmente **senza coloranti, senza conservanti e senza glutine**. **NUOVA GAMMA:** il **bicchierino** per i ragazzi; la bottiglia da **mezzo litro** per soddisfare la voglia di Santhè fuori casa; la **litro** e **mezzo** per chi condivide la bontà di Santhè in famiglia e, per i più piccoli, c'è il nuovo **deteinato** nella sua bottiglietta con pratico **tappo baby**.
I nuovi Santhè Sant'Anna nascono così: **BUONI COME LI IMMAGINI** e anche di più.

UN DOLCE PONTE SULLA MANICA

Una ricetta inglese con un profumo di lavanda molto francese e un immancabile tocco italiano, il mascarpone. Così Domitilla Aloï, millennial milanese, interpreta la vera Europa unita

Testi LAURA FORTI, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA



Domitilla è arrivata in redazione con un ordinatissimo quadernetto di ricette e una boccettina blu, la formula e la posizione per la sua ricetta.

Poi ci ha raccontato da dove è nata l'idea per questo dolce che, nel biancore della crema, nasconde la sua originalità: il profumo di lavanda. «Ho fatto un po' di ricerche in internet e ho visto che esistevano diverse versioni di cheesecake, ma nessuno alla lavanda. Quindi ho pensato di inventarne uno io. Durante un viaggio in Francia, ho visitato una fattoria dedicata alla coltivazione e alla trasformazione di questa profumatissima pianta, e ne sono rimasta conquistata». Diciassette anni, quarta liceo scientifico, Domitilla è una ragazza piena di interessi, fa teatro e danza, suona l'arpa e tira di scherma. E la cucina? È una passione più recente. «Mi piacciono soprattutto i dolci. Quando voglio fare qualcosa, guardo online e mischio le ricette tra loro, per creare la mia». La mamma, che si definisce aiutante molto maltrattata, assaggia insieme a papà, fratello e compagni di scuola.

Piccoli cheesecake alla lavanda

Impegno Medio
Tempo 45 minuti
più 4 ore e 30 minuti di raffreddamento

INGREDIENTI PER 10-12 PERSONE

BASE
250 g biscotti secchi
125 g burro fuso
CREMA
400 g formaggio fresco spalmabile
240 g panna fresca
150 g zucchero a velo
120 g mascarpone – 60 g ricotta
12 g gelatina in fogli
olio essenziale di lavanda

BASE

1. Spezzettate i biscotti e frullateli ottenendo una polvere.
2. Fondete il burro, versatelo nei biscotti e impastate tutto. Appoggiate gli stampi ad anello su un vassoio coperto con carta da forno e disponete al loro interno l'impasto di biscotti e burro, pressandolo

in uno strato di circa mezzo centimetro. Potete usare stampi con apposito «stantuffo», che aiuterà anche a «sfornare» i cheesecake, o stampi ad anello e un piccolo pestacarne. Pratica alternativa, un'unica tortiera tonda a cerniera (ø 24 cm). Ponete in frigorifero per 30 minuti.

CREMA

Mettete a bagno la gelatina in acqua. **Mescolate** il formaggio spalmabile con il mascarpone, la ricotta e lo zucchero a velo, ottenendo una crema.

Scaldare 120 g di panna e scioglietevi la gelatina strizzata. Lasciate raffreddare, quindi unitela alla crema. Montate la panna rimasta e incorporate anch'essa.

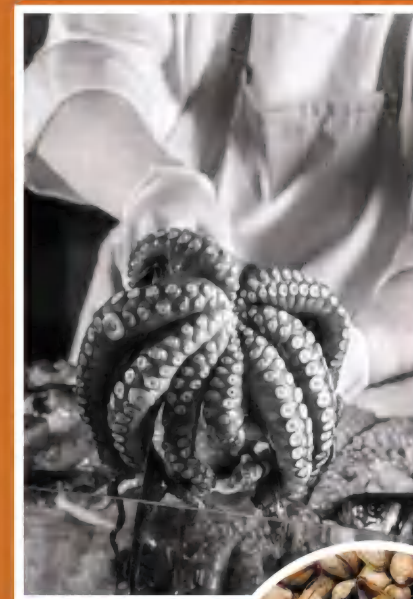
3. Profumate con due gocce di olio essenziale di lavanda: non sembrerà sufficiente, se assaggiate la crema, perché il naso è pervaso dal profumo. Ma non fatevi ingannare e non eccedete o il dolce risulterà troppo profumato.

Versate la crema negli stampi, riempiendoli; fate raffreddare in frigo per almeno 4 ore. Meglio per una notte. **Sfilate** i cheesecake dagli anelli e guarniteli a piacere con frutti di bosco e fiori di lavanda.



FRESCO, BUONO E ITALIANO

LA CUCINA ITALIANA PER IPER, LA GRANDE I



Rispettare il cliente significa offrire quotidianamente prodotti freschi e gustosi e garantire una qualità accessibile a tutti. Per questo Iper, La grande I preferisce i prodotti italiani e premia agricoltori e allevatori attenti all'ambiente e ai cicli naturali della terra e del mare. E si impegna nella salvaguardia della biodiversità scegliendo, tra l'altro, di investire nella pesca sostenibile, favorendo la "filiera corta" e acquistando anche da cooperative italiane. Un esempio? Le orate e i branzini della linea **Patto di Qualità Iper**, cresciuti in mare aperto, in un'area incontaminata del Mar Ligure tra Sestri Levante e Portofino, lontana da porti turistici e commerciali. Qui gli allevamenti sono a bassa densità e tutte

le fasi della produzione sono controllate e tracciabili. Per poter trovare ogni giorno sui banchi di Iper, La grande I un pescato fresco e sano, e per portare in tavola la grande bontà dei mari italiani.



Ci sono momenti che hanno un sapore speciale

OGNI SORSO
UN'EMOZIONE



FAMIGLIACECCHI
www.famgliacocchi.it

Il ricettario

IL MENSILE DI GASTRONOMIA
LA CUCINA ITALIANA
PREPARATO
E ASSAGGIATO
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

Testi
LAURA FORTI
ANGELA Odone
SARA TIENI
VALENTINA VERCELLI

Fotografie
RICCARDO LETTIERI

Styling
BEATRICE PRADA

giugno

Carpaccio di gamberi, sandwich e bruschette esotiche per cominciare.
E poi paste e carni con profumi mediterranei, verdure colorate
e dolci bellissimi con la frutta. Tutto è pronto per i primi pranzi d'estate.

Le misure a portata di mano

Semplificate il lavoro in cucina:
eliminate la bilancia e dosate
liquidi e ingredienti in polvere con tazze,
bicchieri e cucchiaini. Guardate
la nostra nuova tabella a p. 143

Ospiti nella nostra cucina



DOMENICO SORANNO E DENIS PEDRON

Domenico, detto Mimmo, origini pugliesi, chef-filosofo, è figlio di una grande cuoca. Esperienze internazionali tra Francia e Stati Uniti ha iniziato a 12 anni come autodidatta. Denis, veneto, sensibile e pragmatico al contempo, ha alle spalle un'esperienza all'Harry's Bar Venezia. Entrambi sono executive chef del gruppo Langosteria.



CRISTIANO BONOLO

Ha 46 anni ma ne dimostra dieci di meno. Il suo segreto? «Pensando alla salute a vent'anni sono diventato vegetariano e da sette sono vegano. Ho accantonato l'informatica, mi sono messo a studiare cucina naturale e oggi lavoro come cuoco, consulente e docente».



GIOVANNI TRAVERSONE

Modi affabili, da gentleman culinario, è lo chef della Trattoria del Nuovo Macello, a Milano, vera e propria istituzione per i gourmet meneghini gestita dalla famiglia Traversone dal 1959. Le sue specialità sono le carni e i piatti della tradizione lombarda. Ma con un twist internazionale.

Sandwich con salmone affumicato e confettura di cipolle

Cuochi Domenico Soranno e Denis Pedron

Impegno Facile

Tempo 40 minuti più 1 ora e 30 minuti di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 250 g salmone affumicato selvaggio
- 200 g pane in cassetta ai cereali
- 100 g aceto di vino rosso
- 80 g zucchero
- 60 g burro
- 15 g cannella in stecca
- 2 cipolle rosse di Tropea
- cardamomo - alloro

CONFETTURA DI CIPOLLE

Affettate sottilmente le cipolle, eliminando il cuore. Addolcitele in acqua fredda per almeno 30 minuti. Infine scolatele, tamponatele e cuocetele per 2 minuti in casseruola senza grassi, quindi sfumate con l'aceto. Dopo 3-4 minuti unite 8 bacche di cardamomo e 2 foglie di alloro, proseguite la cottura ancora per 4 minuti, quindi aggiungete lo zucchero e la cannella. Cuocete per altri 15 minuti, unite 40 g di burro, e dopo 4 minuti spegnete. Eliminate le spezie e fate raffreddare la confettura per 1 ora.

SANDWICH

Tagliate il salmone a fette piccole e sottili. **Farcite** le fette di pane (se volete, eliminate la crosta) con uno strato di burro, uno di confettura e uno di salmone. Chiudete i sandwich e tagliateli in triangoli.



Provate il salmone selvaggio razza Sockeye: ha carni più sode, un aroma fresco e marino ed è meno grasso del salmone allevato.

antipasti



Piattini La Cartuja de Sevilla, cucchiaino Funky Table, tovaglia Zara Home.





Carpaccio di gamberi con le pesche

Cuoco Giovanni Traversone

Impegno Medio

Tempo 25 minuti

Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

16 gamberi rossi
3 pesche sode
melissa (in alternativa, menta)
timo
limone
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Stendete sul tavolo due fogli sovrapposti di pellicola alimentare.

Sgusciate i gamberi e incidete le code

lungo il «dorso», aprendole a libro.

Eliminate il budellino nero, che ha un sapore amarognolo e lievemente acre: una volta aperte in due le code, sarà facilissimo individuarlo e toglierlo.

Accomodate le code aperte a libro sulla pellicola, copritele con altri due strati di pellicola e battetele molto delicatamente con il batticame. Liberatele dalla pellicola staccandola con cura.

Lavate le pesche e, senza sbucciarle, tagliatele a fettine sottili.

Disponete in ogni piatto 4 code di gambero battute, completate con le fettine di pesca e qualche fetta di limone, condite con olio, sale, pepe e profumate con foglioline di timo e di melissa.

!
Protette dalla pellicola, le code di gambero si possono battere anche molto sottili senza lacerarle. Usate lo stesso accorgimento per fettine di carne e filetti di pollo.

Tutte le posate, tovagliolo delle bruschette e americana del carpaccio di gamberi **Funky Table**, ciotoline, piattino e tovaglia delle bruschette **Zara Home**; piattino del carpaccio di gamberi **Bitossi Home**.

Bruschette con chutney di mango

Cuoco Cristiano Bonolo

Impegno Facile

Tempo 30 minuti

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

400 g mango pulito
60 g pistacchi sgusciati e pelati
8 fette di pane pugliese
1 mela croccante tipo Fuji
zenzero fresco
zucchero di canna
cipolla bianca – aglio
peperoncino fresco
semi di senape
semi di cumino
olio extravergine di oliva
aceto di mele – sale

CHUTNEY

Tritate finemente un peperoncino fresco e mezza cipolla e cuoceteli in una pentola a fiamma medio alta per 4 minuti, con 1 cucchiaino di semi di cumino e 1 di semi di senape, mezzo spicchio di aglio, 1 cucchiaino di zucchero, 1 di aceto di mele, 2 cucchiaini di olio e un pizzico di sale.

Sbucciate la mela e il mango e tagliateli a dadini. Aggiungeteli nella pentola e proseguite la cottura per altri 10 minuti, quindi spegnete la fiamma e levate l'aglio.

Pelate, grattugiate e spremete il succo di un pezzetto di zenzero, come illustrato a fianco; unitelo al chutney di mango.

Sbollentate i pistacchi per 2 minuti, fateli raffreddare, quindi aggiungeteli al chutney e mescolate.

BRUSCHETTE

Tostate le fette di pane in una padella ben calda per 1 minuto per lato.

Servitele per accompagnare il chutney.

FATE COSÌ Per ottenere il succo dello zenzero fresco, grattugiatene un pezzetto senza buccia e poi strizzate subito la polpa con forza. Ricco di proprietà digestive, antinfiammatorie e antiossidanti, lo zenzero ha un sapore piccante e molto fresco. Si usa in piatti orientali di pesce e carne, in bibite e dolci.



Platti fondo e piano del
cuscus, piattino e tovaglie
Zara Home, tovagliolo
Funky Table, piatti fondo
e piano dei rigatoni
Bitossi Home.

! *Raffreddate le taccole
in acqua ghiacciata,
se volete che conservino
un colore brillante e
una consistenza croccante.*



Cuscus con taccole e pomodorini

Cuoco Cristiano Bonolo

Impegno Facile

Tempo 30 minuti

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g taccole pulite
150 g cuscus
15 pomodorini ciliegia rossi e gialli
½ cipolla rossa
limone
prezzemolo
menta
olio extravergine di oliva
sale – pepe

CUSCUS

Scaldare 150 g di acqua (un bicchiere scarso) e unirla al cuscus con 2 cucchiai di olio; lasciate riposare per 5 minuti, poi sgranate il cuscus con una forchetta e conditelo infine con olio e sale.

CONDIMENTO

Mondare la cipolla, tagliatela a rondelle e cuocetela per 5 minuti in una padella con un filo di olio e 2 cucchiaini di acqua.

Cuocete le taccole in acqua bollente salata per 5-6 minuti, raffreddatele in acqua ghiacciata, tagliatele a losanghe e insaporitele in una padella con un filo di olio e un pizzico di sale per 2 minuti.

Lavate i pomodorini e tagliateli a metà.

Unite al cuscus la cipolla, le taccole e i pomodorini (a piacere aggiungete mezzo cucchiaino di lemon grass in polvere), scorza di limone grattugiata, il succo di mezzo limone, un ciuffetto di foglie di menta e di prezzemolo spezzettate, condite con olio, sale e pepe, mescolate bene e portate in tavola.

Rigatoni con peperoni, gamberi e nocciole

Cuoco Giovanni Traversone

Impegno Medio

Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

500 g pasta secca tipo rigatoni
giganti o paccheri
100 g pecorino grattugiato
100 g latte
50 g nocciole tostate
12 code di gambero



! *Per pelare facilmente
i peperoni arrostiti, una
volta cotti, lasciateli
intiepidire ben chiusi
in un sacchetto: l'umidità
all'interno aiuterà a separare
meglio la pelle dalla polpa.*

3 grossi peperoni rossi
olio extravergine di oliva
menta – sale

sciolto; infine frullate ottenendo una crema
liscia. Conservatela in caldo.

CONDIMENTO

Sgusciate le code di gambero, privatele
del budellino e tagliatele in tocchetti.

Tagliate il resto dei peperoni
in quadratini di piccole dimensioni.

PASTA

Lessate i rigatoni in acqua bollente
salata, scolateli e conditeli con un filo
di olio, i quadratini di peperone

e i tocchetti di gambero. Distribuite nei
piatti le due creme, accomodate la pasta,
mescolate delicatamente, unite le nocciole
tritate e foglioline di menta.

CREMA DI PEPERONI

Accomodate i peperoni su una placca
foderata di carta da forno e infornateli
a 250 °C per 30 minuti circa. Sfornateli,
fateli intiepidire, poi spellateli, privateli dei
semi e frullatene 2/3 con un po' di sale.
Tenete in caldo la crema ottenuta.

CREMA DI PECORINO

Portate a ebollizione il latte, tagliate
dal fuoco, unite il pecorino e mescolate
bene finché non si sarà perfettamente

Piatto piano degli gnocchetti
Zara Home, americana,
tovagliolo, posate,
piattino del formaggio
e foglia d'ortone **Funky
Table**; piatti fondo
e piano delle lingune
La Cartuja de Sevilla.



Gnocchetti alle ortiche con pomodoro e ricotta salata

Cuochi Giovanni Traversone

Impegno Medio

Tempo 1 ora

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g farina 0 più un po'
per il piano di lavoro
400 g ortiche
350 g passata di pomodoro
4 uova – salvia – basilico – sale
ricotta salata – zucchero
olio extravergine – pepe

CONDIMENTO

Cuocete la passata sul fuoco al minimo con un paio di cucchiaini di olio, un pizzico di sale e uno di zucchero. Spegnete dopo 18-20 minuti, unite un ciuffo generoso di foglie di basilico e qualche foglia di salvia, coprite e lasciate in infusione per 5 minuti.

GNOCCHETTI

Mondate le ortiche, sbollentatele in acqua bollente salata per 1 minuto, scolatele e strizzatele bene: a seconda di quanto le strizzerete otterrete un impasto più o meno umido. Frullatele con il frullatore a immersione, poi impastatele con la farina, le uova e un pizzico di sale: otterrete un impasto morbido. Dividetelo in filoncini di un



FATE COSÌ Tagliate il filoncino di impasto in tocchetti di 2 cm: siccome la consistenza è morbida, tenderanno a schiacciarsi un po'. Appoggiateli a uno a uno sui rebbi di una forchetta e trascinateli verso le punte premendoli con il pollice: si righeeranno acquistando nel contempo una forma concava. Righe «a concavità» servono a trattenere meglio il condimento.

paio di centimetri di diametro; tagliateli a tocchetti di 2 cm di lato e formate gli gnocchetti rigandoli sui rebbi della forchetta. Distribuiteli sul piano di lavoro infarinato. **Lessate** gli gnocchetti in abbondante acqua bollente salata per 10-12 minuti. **Scolateli** e conditeli con la passata (potete anche servirla a parte, in piccole ciotoline), una generosa grattugiata di ricotta salata e una macinata di pepe. **Decorate** a piacere con foglie di salvia.

Linguine con vongole, calamaretti e bottarga

Cuochi Domenico Soranno

e Denis Pedron

Impegno Medio

Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g vongole veraci spurgate
350 g linguine
280 g calamaretti puliti

40 g bottarga di muggine
1 spicchio di aglio
prezzemolo – sale
vino bianco secco
olio extravergine di oliva

CONDIMENTO

Rosolate l'aglio con la buccia e i gambi di un ciuffo di prezzemolo in 3 cucchiaini di olio per 1-2 minuti. Unite le vongole e sfumate con ½ bicchiere di vino. **Fate** aprire le vongole cuocendole a fiamma media per 4-5 minuti, poi sgusciatele e tenetele da parte. **Filtrate** il liquido di cottura delle vongole in una padella. **Cuocete** i calamaretti per 2 minuti nel liquido di cottura delle vongole. **PASTA** **Lessate** le linguine in acqua bollente salata, quindi scolatele molto al dente e unitele ai calamaretti finendo di cuocerle per un paio di minuti. Spegnete. **Aggiungete** le vongole e un ciuffo di prezzemolo tritato. **Servite** con un filo di olio e la bottarga grattugiata.



Piatti fondo e piano del king crab, bicchieri e tovaglie Zara Home, posate Funky Table; vassoio del ceviche La Cartuja de Sevilla.

!
Chiedete al vostro pescivendolo di aprire per voi le chele del king crab e di estrarre la polpa.

King crab alla catalana

Cuochi Domenico Soranno e Denis Pedron
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

200 g polpa di king crab (granchio reale rosso dell'Alaska)
60 g pomodorini secchi sott'olio
12 pomodori canoni
1 cuore di sedano
½ cipolla – olio extravergine

Affettate sottilmente la cipolla e lasciatela spurgare in acqua fredda per almeno 30 minuti per attenuare il sapore. Scolatela e tamponatela.

Frullate i pomodorini secchi con 3 cucchiaini di olio extravergine e 2 di acqua fino a ottenere una salsa cremosa. **Tagliate** i pomodori canoni in 4 spicchi. **Eliminate** i filamenti dai gambi di sedano

e tagliateli in sottili rondelle oblique. **Portate** a ebollizione una casseruola di acqua. Spegnete e immergetevi la polpa di king crab. Dopo 30 secondi scolatela, tamponatela e tagliatela a tocchetti. **Unite** in una ciotola il granchio, il sedano, la cipolla e i pomodori. Condite con la salsa di pomodori secchi e servite.

Filetto di dentice su zucchini trombetta brasate

Cuochi Domenico Soranno e Denis Pedron
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g zucchini trombetta
600 g 4 filetti di dentice del Mediterraneo spessi 4 cm
1 spicchio di aglio

mentuccia
olio extravergine di oliva
sale in fiocchi – sale fino

ZUCCHINE

Mondate e affettate le zucchini in rondelle spesse 5 mm. **Rosolatele** in padella con 100 g di olio, l'aglio con la buccia e una presa di sale per 4-5 minuti. Unite quindi un mestolo di acqua tiepida e completate la cottura, a fuoco moderato, in 10 minuti. Condite con mentuccia tritata fine e fate intiepidire.

DENTICE

Scottate i filetti di dentice da entrambi i lati in una padella antiaderente con un cucchiaino di olio per 1 minuto, iniziando dal lato della polpa.

Finite la cottura dei filetti in forno a 200 °C per 4-5 minuti.

Servite i filetti sulle zucchini brasate, condite con fiocchi di sale e completate con un filo di olio.

Da sapere Per ottenere dei filetti di dentice spessi 4 cm, che rimangono succulenti dopo la cottura, bisogna partire da un pesce intero di 2-3 chili.



Ceviche di ricciola

Cuochi Domenico Soranno e Denis Pedron
Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g filetto di ricciola (parte dorsale)
200 g lattughino
100 g sedano
10 g zenzero fresco
4 lime – 2 patate americane
2 pannocchie
2 spicchi di aglio
1 peperoncino Jalapeño
1 peperone Roccato
1 cipolla rossa di Tropea coriandolo fresco
acqua oligominerale
olio extravergine – sale

Tagliate sottilmente la cipolla e fatela spurgare in acqua fredda per almeno 30 minuti per renderla più delicata.

Cuocete a vapore le pannocchie (noi abbiamo usato quelle bianche) e le patate americane, con la buccia, per 35 minuti o bollitele in acqua salata per 20 minuti.

Pelate le patate americane e tagliatele a fette spesse 2 cm.

Tagliate a rondelle le pannocchie.

Tagliate 250 g di polpa di ricciola in fettine spesse 3 mm.

Preparate il «leche de tigre» ovvero un'emulsione ricavata frullando 50 g di sedano, gli spicchi di aglio sbollentati per 1 minuto, lo zenzero fresco grattugiato, 3 cucchiaini di acqua oligominerale naturale e la polpa di ricciola rimasta.

Affettate sottilmente il peperone Roccato e lo Jalapeño e il rimanente sedano.

Condite le fettine di ricciola con il succo dei lime e salatole. Aggiungete il «leche de tigre».

Completate con 1 cucchiaino di peperone e peperoncino affettati.

Servite con le patate americane e le pannocchie, il sedano, il lattughino, la cipolla cruda, condita con un filo di olio e qualche foglia di coriandolo.



QUESTIONE DI DETTAGLI

Per la perfetta riuscita di questo piatto scegliete una ricciola di almeno 2-3 kg, in modo da ottenere filetti spessi 4-5 cm. Quella del Mediterraneo (1), più saporita, si riconosce dalla polpa bianca e la livrea più scura di quella Atlantica. Tagliate il sedano «a becco d'oca» (2) ovvero tenendo la lama trasversale al piano di taglio così da ricavare piccoli tocchetti più sottili.



Tiepido di mare

Cuochi Domenico Soranno e Denis Pedron
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

200 g calamaretti puliti
 80 g polpo lessato
 16 gamberi rossi
 16 scampi del Mediterraneo

1 limone
 prezzemolo – sale
 olio extravergine di oliva

Sgusciate i gamberi e gli scampi e privateli del budellino nero.
Tritate un ciuffetto di prezzemolo.
Portate a ebollizione una pentola di acqua leggermente salata e, aiutandovi con un mestolo forato, immergetevi i gamberi. Sbollentateli per 1 minuto e mezzo, quindi scolateli e adagiateli in una ciotola. Cuocete allo stesso modo e per lo stesso tempo gli scampi

e i calamaretti. Spegnete, quindi, in ultimo, immergete anche il polpo, tagliato a tocchetti grossolani e scaldatelo per 30-50 secondi.
Unite tutto in una ciotola e condite con una emulsione ottenuta mescolando energicamente con una forchetta il succo del limone con 50 g di olio con un cubetto di ghiaccio e il prezzemolo tritato.
Servite immediatamente.
Da sapere Per la migliore riuscita del piatto, scegliete i calamaretti Cacciaroli, una varietà particolarmente tenera e saporita.

Crostata di pomodori

Cuoco Cristiano Bonolo
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 30 minuti di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g pomodori maturi
 250 g ricotta
 250 g farina di farro bianca
 100 g mandorle sgusciate
 50 g mascarpone
 limone
 origano secco
 olive taggiasche snocciate

aglio in polvere
 olio extravergine di oliva
 sale – pepe

PASTA

Mescolate la farina di farro con 60 g di olio, 70 g di acqua fredda e una presa di sale, poi frullate tutto finché non otterrete un composto compatto. Lasciatelo riposare in frigo coperto per 30 minuti.

RIPIENO

Tritate le mandorle e mescolatele con la ricotta e il mascarpone; condite con 1 cucchiaino di scorza di limone grattugiata, 1 cucchiaino di aglio in polvere, 1 cucchiaino di origano e un pizzico di sale e mescolate tutto.

Lavate i pomodori e tagliateli a fettine di mezzo centimetro di spessore.
Infarinare il piano di lavoro e stendete la pasta, ottenendo una sfoglia di circa 2 millimetri di spessore.

Ungete con un filo di olio una pirofila rettangolare (28x23 cm), adagiatevi la sfoglia facendola aderire anche sui bordi, poi eliminate la pasta in eccesso. Bucherellate il fondo con una forchetta, farcite con il ripieno, distribuitevi sopra i pomodori a fette e una bella manciata di olive taggiasche. Condite con un filo di olio e una macinata di pepe e infornate a 180 °C per 30 minuti circa. Decorate a piacere la crostata con santoreggia e servitela tiepida.



❗
 Intolleranti al lattosio?
 Sostituite ricotta e mascarpone con 500 g di yogurt di soia filtrato per 8 ore e 50 g di burro di soia.



!
Gli edamame, i fagioli di soia giapponesi, fanno parte dei «super cibi»: sono ricchi di vitamine e fibre e poveri di calorie.



Fantasia di verdure e legumi

Cuoco Cristiano Bonolo

Impegno Facile

Tempo 30 minuti

Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g asparagi
150 g piselli sgranati
150 g edamame sgusciati surgelati
50 g spinaci novelli
2 carote – ½ peperoncino fresco
semi di sesamo
olio extravergine di oliva
sale

Mondate gli asparagi e sbollentateli in acqua salata per 4 minuti, poi raffreddateli in acqua e ghiaccio e tagliateli a losanghe.

Lavate gli spinaci.

Sbollentate gli edamame per 2 minuti e i piselli per 3 minuti.

Eliminate i semi del peperoncino e tritatelo, quindi tostatelo insieme a 1 cucchiaino di semi di sesamo in una padella con un filo di olio per 3 minuti.

Sbucciate le carote e tagliatele in 4 parti per il lungo; insaporitele con un filo di olio e un pizzico di sale per 3 minuti.

Mescolate gli asparagi, i piselli, gli edamame e gli spinaci, conditeli con le spezie tostate in padella, regolate di sale e accompagnate con le carote.

Piatto della torta e lavaggio
Zara Home; piatti della
fantasia di verdure Bitossi
Home, forchette Rosenthal,
tagliola Funky Table.



Torta di melanzane

Cuoco Cristiano Bonolo

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 30 minuti

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

400 g formaggio spalmabile vegetale
180 g crostini integrali
150 g pomodorini aloggia
150 g tofu naturale
100 g tofu vellutato
10 prugne secche snocciolate
2 melanzane striate
coriandolo in polvere
cumino in polvere
olio di arachide
basilico

olio extravergine di oliva
sale – pepe

Tagliate 1 melanzana a fette di un paio di centimetri, disponetele su una placca rivestita con carta da forno e cuocetele a 200 °C per 25 minuti, quindi lasciatele intiepidire e salatele.

Frullate i crostini integrali con le prugne e un pizzico di sale.

Frullate il tofu naturale, il tofu vellutato e il formaggio vegetale con mezzo cucchiaino di cumino in polvere, mezzo cucchiaino di coriandolo in polvere, un pizzico di sale e una macinata di pepe.

Rivestite con carta da forno uno stampo a cerniera (ø 20 cm) e fate un primo strato con il trito di crostini e prugne, schiacciandolo bene in modo da ottenere

una base compatta dello spessore di circa mezzo centimetro. Fate un secondo strato con metà del tofu frullato, quindi uno con le fette di melanzana e 50 g di pomodorini tagliati a metà. Ricoprite con un ultimo strato di tofu frullato e infornate a 180 °C per 35-40 minuti, finché la superficie non sarà diventata dorata.

Cuocete i pomodorini rimasti in una padella con un filo di olio extravergine per un paio di minuti.

Riducete l'altra melanzana a fette molto sottili e friggetele in abbondante olio di arachide, finché non cominciano a prendere colore, quindi asciugatele con carta da cucina (chips di melanzana).

Decorate la torta con le chips di melanzana, i pomodorini cotti in padella e qualche fogliolina di basilico.



Insalata di zucchine, fagioli e fave

Cuoco Cristiano Bonolo
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g zucchine
250 g fagioli
150 g fave sgranate
50 g cocco grattugiato
30 g uvetta
5 foglie di coriandolo
1 peperoncino fresco
1 limone
senape delicata – curry
olio extravergine di oliva
sale

Mondate le zucchine, tagliatele a fettine per il lungo e scottatele in una padella con un filo di olio per 1 minuto.

Fate rinvenire l'uvetta in acqua tiepida.

Tritate il peperoncino e mescolatelo con 1 cucchiaino di curry, 1 cucchiaino di senape, 3 cucchiaini di olio e il succo di 1 limone finché non otterrete una salsina.

Tritate anche le foglie di coriandolo.

Mondate i fagioli e sbollentateli insieme con le fave in acqua bollente salata per 5 minuti, quindi pelate le fave e tagliate i fagioli a pezzetti.

Mescolate fave e fagioli con l'uvetta strizzata, il cocco grattugiato e il coriandolo tritato e condite tutto con la salsina.

Disponete le zucchine nei piatti, adagiatevi sopra qualche cucchiaino di fave e fagioli, regolate di sale e servite, accompagnando a piacere con fette di pane abbrustolito.



Coniglio in tegame con trito mediterraneo

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 25 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1,5 kg coniglio a pezzi
200 g vino bianco più un po' per ammorbidire l'uvetta
50 g burro
20 g pinoli
10 pomodori secchi
capperi dissalati
olive taggiasche snocciolate
uvetta
alloro
rosmarino
olio extravergine di oliva
sale
pepe

Reidratate 2 cucchiaini di uvetta nel vino bianco per almeno una decina di minuti.

Ponete il coniglio in un grande tegame velato di olio, condite con una presa di sale e una macinata di pepe e rosolatelo sulla fiamma viva per una decina di minuti.

Unite quindi il burro e dopo 3-5 minuti bagnate con 80-100 g di vino, fatelo evaporare per qualche minuto. Aggiungete il resto del vino, riducete la fiamma al minimo, coprite e cuocete per 20-25 minuti con rosmarino e alloro. Bagnate, se serve, con un mestolino di acqua e completate la cottura in altri 10-15 minuti.

Tritate non troppo finemente 2 cucchiaini di capperi, 2 cucchiaini di olive taggiasche, l'uvetta strizzata e i pomodori secchi.

Mescolate unendo un filo di olio e i pinoli.

Spegnete il fuoco, unite al coniglio il trito di capperi, coprite e lasciate riposare per una decina di minuti prima di servire.

Pentola del coniglio
Le Creuset, americana
Funky Table, piatti
dell'insalata di zucchine
e tovaglia **Zara Home**.

Tovaglia dell'agnello
Zara Home,
piatto e piattini delle frittate
Bitossi Home.



Agnello in crosta di ceci e melanzane

Cuoco Giovanni Traversone

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 20 minuti

più 8 ore per ammorare i ceci

Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1,5 kg 1 carré di agnello già pulito

150 g ceci secchi

2 melanzane

2 vasetti di yogurt intero

menta – coriandolo fresco

maggiorana – timo

olio extravergine di oliva

burro – sale – pepe

CROSTA DI CECI

Mettete a bagno i ceci nell'acqua per almeno 8 ore. Infine scolateli e tritatene grossolanamente 50 g con il coltello; frullate il resto in crema con un paio di cucchiaini di olio e di acqua e un cucchiaino generoso di trito di menta, maggiorana, timo e coriandolo. Infine mescolate la parte frullata con i ceci tritati.

MELANZANE

Dividete le melanzane a metà nel senso della lunghezza, conditele con olio, sale e pepe e accomodatele su una placca foderata di carta da forno con la polpa rivolta verso l'alto. Infornatele a 160 °C per 40-45 minuti. Sfornatele, scavate tre mezzelane con un cucchiaino ricavando la polpa, tritatela con il coltello e fatela scolare attraverso un colino per una decina di minuti. Conditele poi con un filo di olio, aggiustate di sale, se serve, e profumate con foglioline di menta.

AGNELLO

Salate e pepate il carré e rosolatelo in padella con olio e burro sulla fiamma vivace per 3-4 minuti per lato.

Accomodate il carré su una placca foderata di carta da forno e ricopritelo con la crema di ceci. Coprite gli ossi con l'alluminio per evitare che si brucino.

Infornate a 250 °C ponendo la placca a mezza altezza; dopo 20 minuti unite qualche fiocchetto di burro sopra la crosta di ceci e portate più in alto la placca, avvicinandola al grill. Sfornate dopo 7-8 minuti.

Condite i vasetti di yogurt con olio, sale e pepe e distribuitelo in ciotoline.

Dividete il carré in porzioni, servitelo con il trito di melanzane, lo yogurt e la melanzana tenuta da parte.

Completate con striscioline di menta.



Frittatine con pesto, fagiolini e patate

Cuoco Giovanni Traversone

Impegno Facile

Tempo 1 ora e 20 minuti

Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

300 g patate

300 g fagiolini

300 g zucchine

200 g latte

80 g pinoli

60 g basilico

30 g pecorino grattugiato

12 uova

Parmigiano Reggiano Dop

grattugiato – maggiorana

aglio – burro – sale – pepe

olio extravergine di oliva

RIPIENO

Mondate e lessate separatamente zucchine, patate e fagiolini in acqua

bollente salata. Schiacciate le patate. Tenete da parte una dozzina di fagiolini. Frullate in crema i fagiolini rimasti e le zucchine con maggiorana, sale, pepe e un filo di olio, poi incorporate le patate.

Frullate il basilico con i pinoli, il pecorino grattugiato, un pezzettino di aglio, 20 g di parmigiano e 100 g di olio fino a ottenere un pesto. Salate, se serve.

FRITTATINE

Sbattete le uova con il latte, 2 cucchiaini di parmigiano e un pizzico di sale. Cuocete il composto in una padellina (ø 10 cm) velata di burro in modo da ottenere 24 frittatine.

Componete le 6 millefoglie alternando 4 frittatine con la crema di zucchine e patate. Completate le millefoglie con il pesto e i fagiolini tenuti da parte. Decorate a piacere con basilico e pinoli tosti.

Più pratico e veloce Anziché preparare tante millefoglie monoporzione, eleganti ma laboriose, cuocete 4 grandi frittate, utilizzando una padella di 20 cm di diametro. Farcitele e montatele allo stesso modo, poi tagliate la «torta» in 6 spicchi.



Bignè croccanti con mousse di fragoline

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Per esperti
Tempo 2 ore più 4 ore di riposo

INGREDIENTI PER 18 PEZZI

COPERTURA
90 g zucchero di canna
90 g farina
70 g burro morbido - sale
BIGNÈ
70 g farina - 60 g latte
50 g burro - 2 uova
zucchero - sale

MOUSSE
360 g fragoline di bosco
300 g yogurt greco
300 g panna fresca
60 g zucchero
15 g gelatina in fogli - limone

COPERTURA
Mescolate lo zucchero di canna con il burro, la farina e un pizzico di sale. Stendete l'impasto tra due fogli di carta da forno in uno strato sottile (2 mm) e mettetelo in freezer per almeno 2 ore (l'ideale sarebbe farlo il giorno prima).
BIGNÈ
Scaldare in una casseruola il latte con il burro e 60 g di acqua, una presa



FATE COSÌ Tirate fuori dal freezer la copertura, eliminate il foglio di carta da forno che la copre, e, con un anello di 4 cm di diametro, ritagliate 18 dischetti.



Appoggiate sopra ciascun ciuffo di pasta bignè un dischetto: in cottura i due impasti si «fonderanno» in un unico strato di consistenza molto croccante.

di sale e un pizzico di zucchero. Quando comincia a fremere, tagliate la casseruola dalla fiamma e aggiungete la farina, tutta in una volta. Mescolate energicamente finché il composto non si staccherà dalle pareti della pentola. Riportate sul fuoco e cuocete mescolando per 1 minuto, in modo che l'impasto diventi omogeneo. Spegnete e lasciate raffreddare completamente.

Aggiungete quindi le uova, incorporandone uno alla volta. Otterrete una pastella consistente e un po' collosa. **Raccoglietela** in una tasca da pasticciere e disponetela su due placche coperte con carta da forno, in 18 ciuffi di circa 5 cm; completateli con la copertura, come vedete qui sotto. Infornate a 160 °C per 40 minuti, nel forno statico, meglio una placca per volta, posta a metà forno.

MOUSSE

Mettete a bagno la gelatina. **Cuocete** le fragoline con lo zucchero, il succo di mezzo limone, 50 g di acqua a fuoco basso per 10-12 minuti, poi frullate e filtrate. Aggiungete la gelatina strizzata e scioglitela nel frullato ancora caldo, quindi lasciate raffreddare.

Mescolatevi lo yogurt, prima che la gelatina si rapprenda, infine incorporatevi la panna, montata, ottenendo la mousse. Fatela raffreddare in frigo per 20 minuti.

Aprire a metà i bignè croccanti, farciteli con la mousse e decorateli a piacere con qualche fragolina ed erbetto fresche.

Torta di pesche e amaretti

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

320 g farina
200 g burro
180 g amaretti morbidi
10 g aceto di mele
5 pesche noci
1 uovo
zucchero semolato
zucchero di canna
miele - sale - ghiaccio

PASTA

Amalgamate in una ciotola la farina con il burro freddo, a pezzetti, un pizzico di sale e un cucchiaino di zucchero semolato, ottenendo un insieme di briciole. **Mescolate** in una caraffa 100 g di acqua →



1
Scegliete pesche non troppo mature, per riuscire a tagliarle in modo preciso: si ammorbidiranno comunque con la cottura.

1

L'impasto delle lingue di gatto va «spatolato» sulla placca da forno: più lo strato è sottile, più il biscotto risulterà croccante una volta freddo.



fredda di frigo, 20 g di ghiaccio e l'aceto di mele. Versatela sulle briciole, poca per volta. Quando riuscite a raccogliere il composto tra le mani, toglietelo dalla ciotola e lavoratelo brevemente sul piano di lavoro, con un po' di farina se serve, lasciandolo grossolano. Modellatelo a palla, ponetelo in una ciotola, coprite con la pellicola e lasciatelo riposare per 1 ora. Stendetelo quindi a 3-4 mm di spessore e con esso foderate il fondo e i bordi di una pirofila ovale (30x21 cm, h 4 cm). Ritagliate la pasta in eccesso e pizzicatela lungo il perimetro dello stampo, per creare un effetto decorativo.

RIPIENO

Sbriciolate gli amaretti e distribuiteli nella pirofila: serviranno a dare dolcezza e ad assorbire i succhi delle pesche.

Tagliate a metà le pesche noci, eliminate il nocciolo e appoggiatele di piatto sul tagliere; con un coltello affilato tagliatele a fettine molto sottili, tenendole ben serrate tra loro. Con l'aiuto di una spatola trasferite le mezze pesche nella pirofila e schiacciatele delicatamente, in modo che si dispongano un po' in obliquo, senza perdere la forma. Disponetele in modo alternato e riempite eventuali zone vuote con fettine singole.

Spennellate i bordi della torta con un uovo sbattuto, poi cospargete la superficie con zucchero di canna.

Infornate la torta a 180 °C nella parte bassa del forno per 50 minuti circa. Sforate e spennellate la frutta con 2 cucchiaini di miele appena sciolto sul fuoco.

Tutti i piatti dei dolci
Bitossi Home,
tovaglia Zara Home,
posate e tovagliolo
della torta Funky Table.

Lingue di gatto e gelato al mango

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 12 PERSONE

GELATO

400 g polpa di mango
200 g latte
100 g panna fresca
80 g zucchero
20 g zenzero fresco
4 tuorli
lime

LINGUE DI GATTO

70 g albumi (2)
70 g zucchero a velo
70 g burro fuso - 60 g farina
10 g cacao amaro

GELATO

Scaldare il latte; appena comincia a bollire, versatelo sui tuorli sbattuti con lo zucchero. Cuocete mescolando finché la crema non comincia a velare il cucchiaino. Spegnete, unite la panna e fate raffreddare.

Frullate 350 g di polpa di mango; unite il succo e la scorza di mezzo lime.

Grattugiate lo zenzero, raccogliete la polpa in un foglio di carta da cucina e strizzatela facendo colare il succo nel frullato di mango. Mescolatelo con la crema e versate nella gelatiera: il gelato sarà pronto in 45-60 minuti.

LINGUE DI GATTO

Mescolate gli albumi con lo zucchero a velo, la farina, il cacao e il burro fuso, ottenendo una pastella consistente.

Distribuitela a cucchiainate su una placca coperta con carta da forno e spalmatela con una spatola, in strati sottili, ottenendo strisce di 20x5-6 cm.

Infornate a 180 °C per 5-6 minuti; sfornate e staccate le lingue di gatto; finché sono ancora calde e malleabili appoggiatele intorno a bicchieri lisci o a stampi ad anello. Preparatene poche per volta, in base al numero degli stampi a vostra disposizione. Lasciate raffreddare: diventeranno croccanti.

Servite il gelato con le lingue di gatto, il mango rimasto a dadini e, a piacere, con foglioline di menta o melissa.



Nati buoni. SEMPLICEMENTE.

La natura offre prodotti che sono buoni e dolci. Il mais e i piselli Naturalmente Dolci di Bonduelle sono proprio così: senza zuccheri aggiunti, nati da un'attenta coltivazione e selezione, cotti al vapore e presentati nella loro naturale bontà. Scopriteli nelle ricette ideate dagli chef de La Cucina Italiana su lacucinaitaliana.it



Cogli la vita ogni giorno

Acquista 2 prodotti a scelta tra mais e piselli Naturalmente Dolci

PUOI VINCERE LA CUCINA ITALIANA

OGNI GIORNO 1 ABBONAMENTO ANNUALE + 1 CORSO DI CUCINA DEDICATO A ESTRAZIONE FINALE

Scopri come su bonduelle.it

carta degli abbinamenti

14 vini e 2 birre per accompagnare i piatti del nostro ricettario

a cura di VALENTINA VERCELLI



Sandwich con salmone pag. 44

Un **Metodo Classico Rosé**, fresco e fruttato, accompagna bene questi sandwich, soprattutto se ha la bevibilità travolgente del **Per Franco 2015** di **Bergianti**, a base di uva lambrusco salamino. 12 euro. terrevine.net



Rigatoni pag. 49
Fantasia di verdure pag. 56

I toni erbacei di un **Sauvignon dell'Alto Adige** sposano legumi, verdure e crostacei. Il **Quintessenz 2016** di **Cantina Kaltern**, raffinato e sapido, è tra i migliori della regione. 25 euro. kellereikaltern.com



Ceviche di ricciola pag. 53

Un rosato del Sud, morbido e bilanciato, è perfetto con il ceviche di pesce. A noi è piaciuto l'abbinamento con il **Castel del Monte Bombino Nero Colombaio 2017** di **Conte Spagnoletti Zeuli**. 13 euro. contespagnolettizeuli.it



Coniglio in tegame pag. 59

D'estate, si può anche scegliere un bianco per le carni delicate. A patto che sia di buona struttura, come il **Criseo 2016** di **Guado al Melo**, che nasce a **Bolgheri** da un mix di uve, tra cui spicca il vermentino. 21 euro. guadoalmelo.it



Gamberi con le pesche pag. 46

Un **Trebbiano d'Abruzzo**, che profuma di pesche e fiori bianchi, è la scelta azzeccata per questo piatto. E meglio se, come il **Prope 2017** di **Velenosi**, ha un ottimo rapporto tra la qualità e il prezzo. 8 euro. velenosivini.com



Gnocchetti alle ortiche pag. 51

Ci vuole un bianco delicato, con profumi di fiori e di erbe, per questi gnocchetti. Una buona scelta è il **Müller Thurgau San Lorenz 2017** di **Bellaveder**, che nasce a 600 metri, in **Trentino**. 11 euro. bellaveder.it



Tiepido di mare pag. 54 – **Insalata di zucchine** pag. 58

Qui serve un bianco delicato e fresco, come il **Langhe Favorita 2017** dei **Fratelli Alessandria**, da una varietà di uva locale, che piaceva alla regina Margherita di Savoia. 11 euro. fratellialessandria.it



Agnello in crosta pag. 61

Un rosso che riesce a coniugare bevibilità ed eleganza, come il **Pinot Nero 2015** prodotto da **Ferruccio Carlotto** in **Alto Adige**, è il compagno migliore per le nostre cospine d'agnello. 25 euro. Tel. 0471810407



Bruschette con chutney di mango pag. 47

Gli accenti agrumati e tropicali di una birra **Double Ipa**, come quella prodotta da **Cane di guerra**, valorizzano il carattere etnico della ricetta. 5 euro la bottiglia da 33 cl. cane diguerra.com



King crab alla catalana pag. 52

Le note sapide e sferzanti di un **Fiano di Avellino** creano un piacevole contrasto con la tendenza dolce della polpa di granchio. Da provare è il **2017** di **Cantina Sampaolo**, tipico ed elegante. 11 euro. claudioquarta.it



Crostata di pomodori pag. 55

Una birra leggera e dissetante è perfetta con la nostra torta salata. La **Pacific Ipa Zona Cesarini** di **Toccalmatto** ci è piaciuta per i suoi freschi sentori di frutta tropicale. 4,80 euro la bottiglia da 33 cl. birratoccalmatto.com



Bigné croccanti con mousse di fragoline pag. 62

Gli spiccati profumi floreali e fruttati di uno **spumante dolce** da uve **moscato selvatico** si fondono a meraviglia con i nostri bigné. Il **2015** di **L'Archetipo** è «naturale» e beverino. 13 euro. larchetipo.it



Cuscus pag. 49
Linguine con vongole pag. 51

Un **Vermentino 2017** di **Sardegna** è perfetto con i primi con verdure e conchiglie. Il nostro, piacevole e territoriale, arriva dalla nuova cantina della giovane **Antonella Corda**. 14,50 euro. antonellacorda.it



Filetto di dentice pag. 52 – **Frittatine con pesto** pag. 61

Un bianco ligure fruttato e minerale, come il **Vermentino 2017** di **Maria Donata Bianchi**, è il giusto compagno di piatti a base di pesto e di un pesce nobile come il dentice. 15 euro. aziendaagricolobianchi.it



Torta di melanzane pag. 57

Un rosato fruttato e sapido, che profuma di mare, accompagna questa torta ricca di sapori del Sud. Ha tutte le caratteristiche necessarie il **Girò Rosato 2017** di **Librandi**. 7 euro. librandi.it



Torta di pesche e amaretti pag. 62

Un passito da uve albana, con profumi di rose e pesca, è azzeccato con questa torta. Da provare l'**Innamorato 2010**, prodotto da **Poderi Morini** in **Romagna**. 21 euro. poderimorini.com

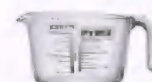
MAGIE IN CUCINA

LA CUCINA ITALIANA PER AUCHAN

Create sia per il frigo, sia per il forno, le pirole in vetro Pyrex sono ideali per realizzare i vostri menu. Combinando gusto e salute.

Resistono fino a -40 °C e in forno fino a 300 °C: i contenitori di vetro Pyrex sono alleati affidabili e indispensabili in cucina. E di grande praticità, visto che sono progettati per essere impilati con facilità e occupare poco spazio. Scoprite con noi come cucinare con pochi grassi, fantasia e moltissimo gusto.

PYREX



Carafe graduata - 1 litro



Pirofila rettangolare 33x23 cm - 2,6 litri



Pirofila ovale 32x19 cm - 1,8 litri



Pirofila rettangolare 40x25 cm - 3,9 litri



Ciotola multiuso 2 litri



Pirofila rotonda 30x25 cm - 2,8 litri



Pirofila torta 30x25 cm - 1,9 litri

ARROSTO DI CONIGLIO CON PATATE E CIPOLLE

Ingredienti per 6 persone

1 kg coniglio (con fegato, cuore e rognone)
600 g patate novelle con buccia
60 g olive nere - 2 cipolle rosse vino bianco - cipolla bionda
olio extravergine di oliva
carote - sedano - salvia - sale

DISTRIBUITE al centro della polpa di coniglio un filone di olive e di frattaglie sminuzzate; arrostate e legate con lo spago a mo' di arrosto. **ROSOLATE** in padella con poco olio, quindi sfumate con mezzo bicchiere di vino bianco e 2 mestoli d'acqua, continuate la cottura per 20 minuti. **TRASFERITE** l'arrosto nella pirofila rettangolare Pyrex 40x25 cm con le patate novelle e le cipolle rosse a spicchi. Infornate a 180 °C per 40 minuti. **DURANTE** la cottura bagnatelo spesso con il brodo ottenuto dagli ossi.

DISSOATE il coniglio e mettete gli ossi in una grande pentola con abbondante acqua poco salata; cuoceteli con carote, sedano, cipolla bionda e salvia per 1 ora circa ottenendo un brodo.

CUCINA E VINCI CON LA CUCINA ITALIANA, PYREX, AUCHAN E SIMPLY

Fai la spesa e porti a casa Pyrex

Fino al 22 luglio 2018, nei negozi Auchan, Ipersimply, Simply e Punto Simply aderenti all'iniziativa, ogni 15 euro di spesa, riceverete un bollino per collezionare la nuova linea di pirole Pyrex. E non finisce qui: collegandovi al sito www.collezionepyrex.it potrete partecipare ad uno speciale concorso. Rispondete correttamente a qualche domanda culinaria: in palio 200 abbonamenti semestrali alla rivista (sia digitale che stampata) e 100 set Pyrex per cimentarvi con le vostre ricette preferite.

Auchan

Auchan

SIMPLY

IPERSIMPLY

Punto Simply

SIMPLY

Come tutti, anche noi facciamo la spesa. Ecco quello che abbiamo messo nel carrello per la cucina di questo numero



1. I pomodorini secchi non possono mai mancare. **Pomelli** li propone bio, senza glutine e senza conservanti. In olio di semi di girasole con uno spruzzo di aceto di vino e qualche foglio di basilico.

2. Impreziosisce i piatti con una nota sapida e ricercata la bottarga di muggine di **Selecta**.

3. Dei Limoni Origine di **Coop** si può sapere tutto perché sono tracciabili al 100%. La scorza non è trattata dopo la raccolta.

4. Sembra di sentire il profumo del fieno quando si assaggia il burro

Beppino Occe. Ottimo da solo, spalmato su una fetta di pane.

5. Cacao amaro, in polvere, senza glutine, ottenuto da fave di coltivazione biologica. Di **S. Martino**, in confezioni da 75 g.

6. Il salmone norvegese viene pescato nei fiordi, subito pulito, sfilettato, salato e affumicato in forni a bassa temperatura. **Garantisce Seafood from Norway**.

7. Il Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali

sostiene e promuove una delle eccellenze del nostro paese: l'olio extravergine di oliva.

8. Le uova bianche **Le Naturelle** sono prodotte da galline allevate a terra. In confezioni riciclabili da 6.

9. Un'alternativa al formaggio? Lo spalmabile di **Valsoia** è fatto di soia fermentata, olio di cocco, sale e vitamina D2. In vaschette richiudibili da 125 g.

10. La ricotta di latte vaccino di **Sabelli** è ottenuta con la tecnica dell'affioramento. Il sapore delicato la rende ideale sia

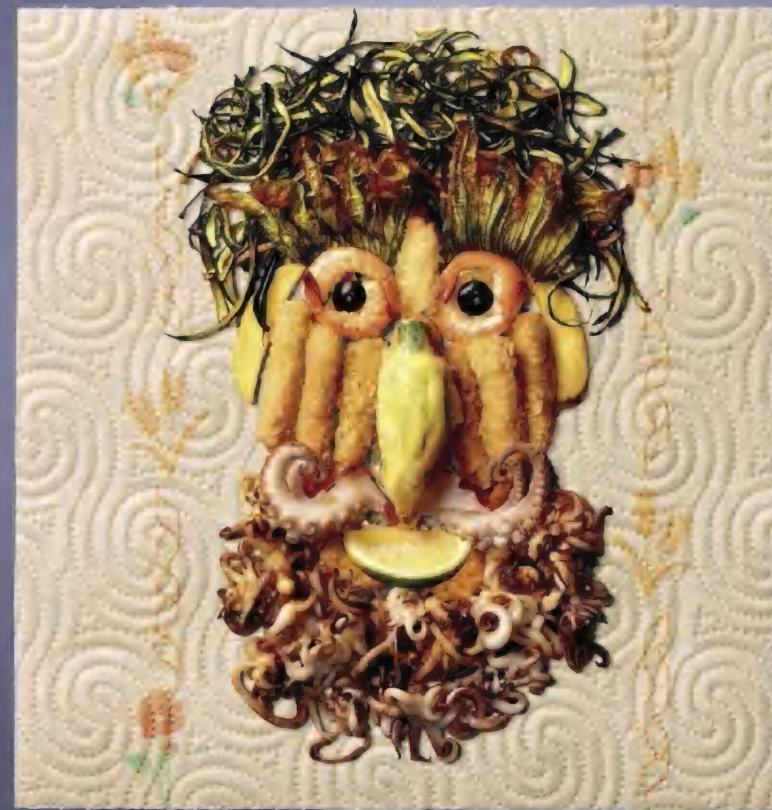
nelle preparazioni salate, sia in quelle dolci.

11. Solo pomodori toscani passati al setaccio per dare una consistenza più «corposa» alla Passata Rustica di **Petti**.

12. Gli amaretti di **Giampaoli**, croccanti e friabili, sono fatti con il 20% di armelline. Per fare una torta o da servire con il tè.

13. Yogurt intero (di solo latte greco) lasciato colare: ecco lo yogurt di **EsseLunga**. Ricco di proteine. Disponibile anche in versione 0% grassi.

FOTO R. LETTIERI, STYLING B. PRADA



Olio su carta.



CARTAPAGLIA FOXY. PERFETTA CON IL FRITTO, PERFETTA CON TUTTO.

Potete usarla per i fritti. Potete usarla come tovagliolo. Potete usarla per asciugare. Potete usarla per pulire. Potete usarla come volete: Cartapaglia Foxy vi assicurerà sempre un risultato straordinario. Perché con le sue cellulose accuratamente selezionate e la nuova trama con vortici superassorbenti, Cartapaglia Foxy è ancora più morbida e più resistente. Cartapaglia Foxy: l'asciugatutto a prova di fritto, l'asciugatutto a prova di tutto.



Foxy. Sempre vicina a te.



L'abc del Gewürztraminer

Profumatissimo e intrigante, è uno dei bianchi più amati. Con una particolare vocazione ad accompagnare la cucina etnica e alcuni grandi classici italiani

Il nome

In questo caso ci racconta proprio tutto: Gewürz, in tedesco, significa «spezia», a testimonianza di uno degli aromi che più caratterizzano il vitigno; traminer, invece, fa riferimento al paese altoatesino di Termeno, che in tedesco si chiama Tramin, dove pare sia nata quest'uva.

Da dove viene

Alcuni ampelografi ne collocano però la nascita in Alsazia o sulle rive del Reno, zone dove ancora oggi è coltivato. In Italia, la maggiore produzione

è in Alto Adige, nel territorio della Bassa Atesina, ma si trovano bottiglie interessanti anche in Trentino e in Friuli-Venezia Giulia.

Il sapore

È un vino molto aromatico, di colore giallo paglierino intenso, con riflessi dorati. Oltre agli aromi speziati, soprattutto chiodi di garofano, si riconoscono anche profumi di petali di rosa e di frutta tropicale, come il litchi, il mango e l'ananas. Piuttosto alcolico, è un bianco morbido e poco acido.



I NOSTRI PREFERITI

L'Alto Adige Gewürztraminer Nussbaumer 2016 di Cantina Tramin ogni anno fa incetta di premi sulle guide di settore. Elegante e intenso, nasce nella zona di origine del vitigno. 26,50 euro. cantinatramin.it

Il Gewürztraminer della Valle Isarco sono i più freschi e sapidi. **Il Praepositus 2017** è prodotto nella splendida **Abbazia di Novacella**, costruita nel 1142. 18 euro. kloster-neustift.it

Fragranza floreale e aromi speziati nel **Trentino Gewürztraminer Castel Firmian 2017** firmato da Mezzacorona, cantina sociale attiva dal 1904. 14 euro. mezzacorona.it

Gli abbinamenti

Il deciso carattere aromatico, che conquista subito, fa sì che spesso venga scelto come calice per l'aperitivo, ma l'alcolicità importante suggerisce, invece, di servirlo a tavola. Gli abbinamenti migliori si hanno con la cucina speziata e piccante dell'India o con le ricette agrodolci cinesi. Tra i piatti italiani va d'accordo con i ravioli di zucca, il risotto allo zafferano, le terrine di fegato e i crostacei alla griglia. Oltre alla versione secca, esiste quella passita, da meditazione: a fine pasto, o da abbinare a formaggi erborinati e dolci ricchi, come la pastiera.

Nell'incantevole valle del fiume Emme nasce il formaggio svizzero più famoso nel mondo.



www.emmentaler.ch

LATTE 100% SVIZZERO

SENZA CONSERVANTI NÉ ADDITIVI

SENZA GLUTINE

NATURALMENTE PRIVO DI LATTOSIO

Con la sua pasta color avorio, gli inconfondibili buchi che si formano durante la stagionatura e il suo soave sapore di noci l'Emmentaler DOP è riconosciuto in tutto il mondo come un simbolo della Svizzera.

Invitante in ogni momento della giornata, nutriente per la prima colazione o il brunch, stuzzicante nei sandwich a merenda, è ideale fuso o al naturale per creare raffinate ricette.



EMMENTALER
SWITZERLAND

L'Originale Anno 1291



Svizzera. Naturalmente.

Formaggi dalla Svizzera.

www.formaggisvizzeri.it



CIAM, SI SFORNA!

Divertimento e seduzione. Ma prima ancora famiglia. Questo vuol dire cucinare per l'attore Andrea Bosca. Che ha imparato da piccolo l'arte dei dolci. E non l'ha più dimenticata

Testi ANTONIA MATARRESE, Foto SABRINA ROSSI

Il segreto di una ricetta ben riuscita? Le mani di chi la fa e gli occhi di chi ha guardato farla bene». E Andrea Bosca, attore fra i più richiesti e affascinanti della generazione «under 40», ha osservato molto il lavoro dei suoi genitori, Sergio e Michela, titolari di una storica pasticceria a Canelli, in Piemonte. Ancora prima, da piccolo, aveva fatto tesoro delle ricette di nonna Rosina. «Era lei che preparava il Mattone delle Langhe, ipercalorica stratificazione di biscotti, caffè, crema, burro e cacao. Ricoperti con le nostre nocciole tostate, dal gusto deciso». Ingrediente-principe dei dolci piemontesi, la nocciola è un po' il filo rosso che collega infanzia, adolescenza e maturità di Andrea Bosca. «Nella nostra civiltà contadina, la raccolta delle nocciole va di pari passo con la vigna. Nonno Alfredo mi faceva scegliere le nocciole più bianche e, una volta a casa, le tostavamo nel forno. Nasce da qui la torta di nocciole detta Pan Cane (dal nome dialettale di Canelli), fra tutte la mia preferita. Sia a colazione con il latte, sia con il Moscato».

Andrea è andato via di casa a 19 anni, per frequentare la scuola di recitazione del Teatro Stabile di Torino. Vive a Roma da 14 anni, ma non ha mai perso l'abitudine di tornare una volta al mese dai suoi a «mettere le mani in pasta». Quelle mani che lui definisce sorridendo «il mio utensile fondamentale». «Concordo con Carlin Petrini, fondatore di Slow Food, quando dice che non si è mai mangiato così bene come nel dopoguerra, quando tutto si misurava a pugni e le mani sostituivano mixer, bilance, robot da cucina». E guai a non lavare pentole e scodelle subito dopo l'uso, durante la



FOTO DA LINDA DI GIULIO



Le foto di questo servizio sono state scattate a La Santeria, bistro-canteen con giardino in via del Pignone, a Roma. Aperta nel 2017 da Alessandro Cignetti e Gioia Di Paolo, è molto frequentata la domenica per il brunch con sfizi di terra e di mare e la sera per i cocktail abbinati alle ostriche. lasanteria.it

«Cucinare, per me, è sinonimo di famiglia, divertimento, seduzione. Per una cena romantica, punto sulla varietà di antipasti, su un risotto alla parmigiana o un bel filetto di lonza col cavolo nero in crosta di erbetta, e per concludere, tortino con cuore caldo di cioccolato fondente».

In barba alle calorie. Che Andrea brucia grazie alla corsa nei parchi di Roma, alla passione per l'hip hop. «Trascorro molto tempo fuori casa e cerco di avere un

preparazione di una ricetta. Abitudine che Andrea conserva con scientifica disinvoltura.

Una cosa è certa: le donne della sua vita le avrà conquistate anche prendendole per la gola e non solo ipnotizzandole con gli occhioni blu da cerbiatto.

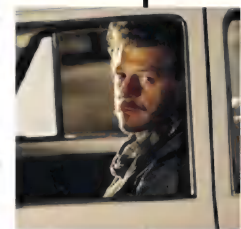
regime alimentare sano: quando ero sul set della Archibugi per la serie tv *Romanzo Familiare* ho seguito una dieta, mentre in Puglia, durante le riprese de *Il capitano Maria*, mi sono calato nel personaggio e ho fatto il pieno di pesce e verdure locali». Se, invece, deve scegliere un piatto rappresentativo di Roma, fila dritto da Gabriele Bonci, il maestro pizzaiolo sostenitore del ciclo di panificazione naturale.

Mentre lava con cura la Marisa, la sua spatola rosa, e controlla in forno la cottura delle lingue di gatto, omaggio al suo animale preferito, Andrea Bosca riflette sul mestiere di attore. E su quello di pasticciere: «Il cinema racconta una storia, lo chef una tradizione. Sono entrambi lavori di squadra, basati su tecnica ed estro. Del cinema apprezzo la verità. Per farlo bene, ci vuole cuore. Così come per un dolce. Perché tutto gira intorno alla connessione emotiva fra le persone».



AL CINEMA, IN TV, SUI SOCIAL

Avvocato in *Nemico per la pelle* di Luca Lucini e rivoluzionario in *Noi credevamo* di Mario Martone al cinema; figlio di papà in *Raccontami*, spirito-guida ne *La porta rossa* sul piccolo schermo, Andrea Bosca è ora alla terza stagione di *Quantico* di Russel Lee Fine su Fox e su Rai nella serie *Il capitano Maria*. Ha 50,3 mila follower su Instagram dove si definisce, oltre ad attore, «writer, baker & winemaker».



Cestino con crema, frutti di bosco e nocciole del Piemonte

Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

CREMA
250 g latte
100 g zucchero
3 tuorli - amido di mais
scorza di mezzo limone
non trattato
LINGUE DI GATTO
100 g burro
100 g zucchero a velo
100 g farina 00
3 albumi
DECORAZIONE
100 g frutti rossi (ribes, mirtilli, fragole, lamponi)
1 banana
nocciole Piemonte lgp

CREMA

Amalgamate i tuorli con 1 cucchiaino di amido di mais e lo zucchero; unite tutto al latte bollente. Addensate la crema senza creare grumi, quindi aggiungete la scorza grattugiata del limone.

LINGUE DI GATTO

Lavorate il burro a temperatura ambiente e lo zucchero a velo fino a ottenere un composto sabbioso. Aggiungete metà degli albumi e metà della farina setacciata e lavorate con la frusta aggiungendo via via gli albumi e la farina rimasti. A piacere, in una parte dell'impasto si può aggiungere del cacao.

Usando una tasca da pasticciere stendete sottili lingue di impasto su una stuoia di silicone o su una placca foderata con la carta forno; infornate a 180 °C per pochi minuti, fino a doratura.

Mondate la frutta, sistematele sulla crema, dentro cestini plasmati con le lingue di gatto appena sfornate; decorate con le nocciole tritate.

L'abbinamento Con questo dolce Andrea Bosca consiglia di bere il Moscato d'Asti Docg Canelli.

Cosa si mangia in Georgia

BENVENUTI IN PARADISO

Paesaggi e città da fiaba, gente aperta e generosa, sacre tradizioni e riuscite novità nella cucina più gioiosa dell'Asia anteriore. Tra il Mar Nero e il Caucaso c'è un tesoro di gusto. Benedetto dai vini più antichi del mondo

Testi e foto ANDREA FORLANI



L'interno dagli accenti persiani del caffè-ristorante Leila, al numero 18 di via Ioane Shavteli, a Tbilisi. Nella pagina accanto, Tekuna Gachechiladze nel dehors del suo ristorante Littera, a Sololaki, storico quartiere della capitale.

C'è una terra remota, ma non troppo, che quando il mondo fu creato pescò dal mazzo il jolly: mari, montagne, verdi colline e fertili pianure striate di fiumi e punteggiate di sorgenti miracolose. Ritrovatisi in quel paradiso terrestre, i suoi abitanti aggiunsero la ciliegina sulla torta: schiere di filari colmi di succosi chichis d'uva. E fu così che, oltre ottomila anni fa, in Georgia gli uomini si cimentarono per la prima volta nell'arte del vino. A testimoniarlo, la recente scoperta di una cantina in un villaggio neolitico nella provincia di Kvemo Kartli, poco lontano dalla capitale Tbilisi, straordinaria città abbracciata sui colli e tagliata in due dal fiume Kura, che nasce nel Caucaso e muore nel Caspio, 1515 chilometri dopo.

Narra la leggenda che a fondare Tiflis – altro nome con cui è conosciuta Tbilisi – fu il re Vaktang Gorgasali, che un bel giorno di un millennio e mezzo fa, durante una battuta di caccia, lanciò il suo falcone all'inseguimento di un fagiano. Cosa accadde di preciso non è dato sapere, fatto sta che entrambi i pennuti rovinarono al suolo, stecchiti, nei pressi di una sorgente di acqua calda. Impressionato dalla vicenda, re Vaktang prese la solenne decisione: «La capitale della Georgia sorgerà qui».

La Tbilisi di oggi è pura magia, non assomiglia a niente e a nessuno e profuma di fiaba e «khachapuri», il tipico pane ripieno di formaggio, simbolo della sublime gastronomia nazionale.

In segno di buon augurio, agli ospiti che entrano in una casa per la prima volta si usa sempre offrire qualche cosa di dolce

Nella sua versione più ricca, quella che si prepara in Agiaria (regione affacciata al Mar Nero con capoluogo la balneare città di Batumi), richiama le forme di un calzone napoletano ripieno di formaggio con al centro un uovo intero immerso nel burro fuso. Non esattamente un pasto light, ma la soddisfazione è inenarrabile. Altro piatto famoso sono i «khinkali», grandi ravioli di carne speziata (maiale, agnello o manzo), diffusi dal Mar Nero al Baltico e da mangiare rigorosamente con le mani.

Vicoli acciottolati e gradinate degne di Escher salgono e scendono a Tbilisi tra chiese, cortili e palazzi art nouveau da mille e una notte in un quadro naïf dove mancano solo i tappeti volanti. Nel frattempo re Vaktang è passato a miglior vita, ma a dargli il cambio c'è oggi la regina Tekuna. Le sue dimore si chiamano Littera e Khasheria – un ristorante il primo, un bistrot il secondo – e il suo regno sono i fornelli. Perché Tekuna Gachechiladze è sì una regina, ma della cucina georgiana contemporanea. Show televisivi e radiofonici, pranzi e cene per presidenti e ministri, inviti in tutto il globo a presentare le sue creazioni e a insegnare i segreti del mestiere. Visto che c'era ha messo in piedi anche una scuola di cucina, Culinarium, dove si inventa imperdibili dim-sum brunch a sorpresa che annuncia dalla sua pagina facebook. In questi giorni è invece alle prese con un nuovo progetto: un ristorante-laboratorio aperto tre giorni alla settimana solo con menu-degustazione. Sui dettagli non si sbottona (i georgiani sono

scaramantici), ma c'è da scommettere che entro l'estate i gourmet di Tbilisi non parleranno d'altro.

Per il momento, tuttavia, la trovate nel sensazionale giardino del Littera, a dare il benvenuto agli amici di una vita come ai nuovi clienti. Con un enorme sorriso sulle labbra e gli occhi che brillano di luce propria – quelli di chi ha l'ospitalità nel sangue. E pensare che solo qualche anno fa, dopoché rientrata da New York decise di dare una strigliata alla tradizionalissima ma immobile cucina georgiana, le piovvero addosso anatemi da tutte le direzioni. Quando poi pensò di reinventarsi lo «shila plavi» (una specie di risotto ai funghi), venne giù il mondo.

Aperta parentesi: lo «shila plavi» è un piatto tipico della «supra triste», laddove per supra – concetto base del lifestyle georgiano – s'intende il banchetto. Per quella festiva ogni occasione è buona, dall'arrivo della domenica alla visita di un parente o di un amico. Quella triste si imbandisce al termine di un funerale. In entrambi i casi, guidati dal «tamada» di turno, il rispettato maestro di cerimonia, sarà un susseguirsi di brindisi con vino e «chacha» (l'aromatica grappa nazionale): entrambi sono i protagonisti della leggendaria provincia di Kakheti, la Toscana di Georgia, un susseguirsi di dolci colline dove si allevano uve autoctone (ne sono state identificate 524) come il saperavi, che dà vita al rosso omonimo e al semidolce kindzmarauli. La meraviglia da visitare è Signaghi, un antico borgo appollaiato su un colle dirimpetto

al Caucaso, che al tramonto irradia poesia. Dopo averlo percorso in lungo e in largo facendo incetta di souvenir (chi ha spazio in valigia sappia che qui si producono pregiati tappeti), l'indirizzo da segnarsi è il Pheasant's Tears, ristorante-enoteca dove il pane, che in Georgia si chiama «puri», è cotto in diretta nei tradizionali forni di argilla circolari. Tutto intorno è un brulicare di aziende agricole dove il vino si produce ancora «alla georgiana», in enormi anfore di coccio immerse sottoterra e note come «qvevri». Nel minuscolo villaggio di Velistsikhe, la cantina Numisi è un portentoso esempio di cosa questo significhi; sta qui dal XVI secolo, così come le sue anfore, e, nonostante abbia ormai più le sembianze di un museo che della casa di un viticoltore, è in piena attività e funge anche da ristorante. Visitarla è un dovere, a patto che il gps non si smarrisca nei campi circostanti. Più semplice è raggiungere la cantina Khareba (winery-khareba.com), nell'area di Kvareli, ai piedi delle

montagne che separano la Georgia da Russia e Azerbaijan. Khareba è un'istituzione vinicola le cui bottiglie sono stipate in oltre sette chilometri di profondi tunnel sotterranei, idem per le sale degustazione. Le visite guidate si richiedono all'ingresso.

Il colmo dei colmi? Nel paradiso di Bacco nasce un'acqua minerale tra le più celebri e salutari del pianeta, la Borjomi, le cui frequentate sorgenti zampillano in una pittoresca città-resort al centro del paese. Per dirla con Benjamin Franklin, se sei diretto in Georgia «chiedi consiglio al vino, ma poi togliti ogni dubbio con l'acqua».

INFORMAZIONI PRATICHE

Come arrivare: si vola da Milano Malpensa e Roma Fiumicino a Kutaisi, la seconda città del paese, con WizzAir (wizzair.com), a/r da 73 euro. Da Bologna a Tbilisi con Georgian Airways (georgian-airways.com), a/r da 200 euro.

Dove dormire: l'hotel Rooms di Tbilisi è il più innovativo della città. Design, comfort e colazione superlativa. Da 206 euro a notte (roomshotels.com). **Per organizzare il viaggio:** info in inglese al sito ufficiale dell'Ente del Turismo georgiano (georgia.travel). La moneta ufficiale è il lari (1 euro equivale a poco meno di 3 lari). Per entrare in Georgia è sufficiente la carta d'identità purché si transiti da paesi Schengen.



I bagni sulfurei di Tbilisi (in prima piano) sono un'icona del suo centro storico. Dall'alto, in senso orario, cetrioli e pomodori non mancano mai nei mercati e sulle tavole georgiane. Un piatto del tipico «chkhmeruli», pollo in salsa all'aglio; l'Oriente è di casa, anche sotto forma di spezie: il «churchkhela» è un dolcissimo tradizionale a base di mosto, noci, nocciole e mandorle; il «khachapuri», un pane ripieno di formaggio, è la ricetta-simbolo della Georgia.



LINGUINE, SCAMPI,
FAVE E POMODORINI

Prima di cominciare a cucinare, preparate ingredienti e attrezzi sul piano di lavoro e mettete l'acqua a bollire. Ecco come si fa per portare in tavola quattro piatti facili e gustosi, rimanendo nei nostri tempi

Ricette CESARE GASPARRI, Testi VALENTINA VERCELLI, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

INSALATA DI FUSILLI INTEGRALI E FAGIOLINI

Linguine, scampi, fave e pomodorini

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g pomodorini
320 g linguine
150 g fave sgusciate
8 scampi
1 scalogno
Marsala
basilico – limone
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Portate a bollire l'acqua per cuocere la pasta, salate e sbollentatevi le fave per 40 secondi; togliete le fave con un mestolo forato e raffreddatele sotto l'acqua corrente. Mettete a cuocere le linguine nella stessa acqua, scolandole molto al dente.

Pulite gli scampi, eliminando il budellino ma conservando teste, chele e carapaci; spezzettate tutti i gusci con un coltello

e tagliate grossolanamente lo scalogno senza sbucciarlo.

Scaldare un filo di olio in una casseruola e aggiungete i gusci degli scampi e lo scalogno. Dopo un minuto, sfumate con 2 cucchiaini di Marsala, lasciate evaporare, quindi unite un paio di mestoli di acqua bollente e schiacciate bene i gusci con un cucchiaino. Proseguite la cottura per 5-6 minuti, aggiungendo un altro mestolo di acqua bollente dopo un paio di minuti.

Dividete i pomodorini in 4 spicchi e sbucciate le fave.

Tagliate gli scampi a metà per il lungo.

Filtrate il sughetto con i gusci di scampi e rimettetelo nella casseruola.

Insaporite le linguine nel sughetto, proseguendo la cottura per un paio di minuti, quindi aggiungete i pomodorini e cuocete ancora per 2 minuti.

Unite le fave, un ciuffetto di basilico, gli scampi, una grattugiata di scorza di limone e spegnete la fiamma. Condite con sale (se serve), pepe, un filo di olio e servite subito.

Insalata di fusilli integrali e fagiolini

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g fusilli integrali
200 g fagiolini
60 g pancetta tesa a fette
30 g mandorle a lamelle
1 spicchio di aglio
menta
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Portate a bollire 2 casseruole di acqua salata.

Tagliate la pancetta a listerelle, cuocetela in una padella unta con pochissimo olio per circa 2 minuti, finché non saranno croccanti, quindi asciugatele con carta da cucina.

Eliminate il grasso rimasto nella padella e mettetevi lo spicchio di aglio schiacciato con la buccia, 4 cucchiaini di olio e 7-8 foglioline di menta; lasciate insaporire a fiamma bassissima per un paio di minuti (olio aromatizzato).

Cuocete la pasta secondo le indicazioni riportate sulla confezione, raffreddatela sotto l'acqua e asciugatela con carta da cucina.

Pulite i fagiolini, rimuovendo l'estremità con il picciolo, lavateli e cuoceteli in acqua bollente per 4 minuti; scolateli, raffreddateli e tritateli grossolanamente. Tritate anche qualche fogliolina di menta e le mandorle e unitele, con i fagiolini, all'olio aromatizzato.

Condite la pasta con il trito di fagiolini, regolate di sale e pepe, mescolate bene e guarnite con la pancetta croccante.

Sovracosce di pollo e carote al curry

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

6 sovracosce di pollo
6 carote gialle e arancioni
curry in polvere
santoreggia
aglio
olio extravergine di oliva
burro
sale

Eliminate eventuali piumette sulla pelle delle sovracosce, praticate due incisioni parallele all'osso e salate il pollo.

Scaldare una padella con un filo di olio e cuocete le sovracosce dalla parte della pelle per 7-8 minuti, appoggiandovi un peso sopra.



BRANZINO, SPINACI E RAVANELLI
CON SALSA DI LAMPONI

Togliete le sovracosce dalla padella, eliminate il grasso di cottura, quindi rimettete la stessa padella sul fuoco con 40 g di burro, 1 spicchio di aglio schiacciato con la buccia e qualche rametto di santoreggia. Appoggiate le sovracosce di pollo dalla parte della polpa e proseguite la cottura per 6-7 minuti. Se il burro si scurisce troppo, aggiungetene una noce fredda di frigo per abbassare la temperatura.

Mondate le carote, dividetele a metà per il senso della lunghezza, tagliatele a fettine oblique di 3-4 mm di spessore, cuocetela in una padella molto calda con un filo di olio per un paio di minuti, quindi spegnete la fiamma, salate e insaporitele con un cucchiaino di curry. **Tamponate** le sovracosce con carta da cucina e servitele con le carote al curry.

Branzino, spinaci e ravanelli con salsa di lamponi

Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g 4 filetti di branzino con la pelle
600 g spinaci
400 g ravanelli
120 g lamponi
aceto di mele
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Scaldare una padella con un filo di olio, salate i filetti di branzino dalla parte della pelle e cuoceteli sulla pelle a fiamma

bassa, schiacciandoli con una paletta, per una ventina di secondi, quindi alzate la fiamma e proseguite la cottura per altri 4 minuti; spegnete la fiamma, girate i filetti dalla parte della polpa e lasciateli riposare nella padella calda per 1 minuto.

Lavate e mondate spinaci e ravanelli e tagliate questi ultimi in 4 spicchi.

Trasferite i filetti di branzino nel piatto di portata e cuocete ravanelli e spinaci nella stessa padella del pesce per 2 minuti, con un filo di olio e un pizzico di sale.

Frullate i lamponi con un filo di olio, un pizzico di sale, 1 cucchiaino di aceto di mele e 1 cucchiaino di acqua (a piacere, setacciate la salsa ottenuta per eliminare i semi dei lamponi).

Servite i filetti di branzino con ravanelli e spinaci, spolverizzate di pepe e accompagnate con la salsa di lamponi.



SOVRACOSCE DI POLLO
E CAROTE AL CURRY

La griglia totale

Oggi si pranza all'aperto e si cucina in compagnia: costata, peperoni e melanzane, certo. Ma anche tagli di carne che non ti aspetti, insalate, frutta. «Al fuoco» si può davvero mettere ogni cosa, dalla pasta al dolce

Ricette CRISTIANO TOMEI, Testi LAURA FORTI, Birre e vini VALENTINA VERCELLI,
Foto PEDEN & MUNK/TRUNK ARCHIVE, LIDO VANNUCCHI e RICCARDO LETTIERI



UN RE DEL BRACIERE

La vita dell'umanità ha fatto un balzo in avanti dopo la scoperta del fuoco. E **Cristiano Tomei** (a sinistra), cuoco del ristorante stellato L'Imbuto di Lucca, non se lo dimentica mai. Per questo ama la cottura alla griglia e la sa dominare in modo magistrale, sia che si faccia con fuoco vivo di legna, sia con più discrete braci di carbonella. Addirittura, ha bracieri su misura e un'intera «**tavola da griglia**», realizzata dall'artista e gastronomo toscano Andrea Salvetti. Perché sul fuoco si torna a un rapporto primordiale e molto diretto con il cibo.

Cuori di lattuga marinati e freschi

Impegno Facile
Tempo 20 minuti più 2 ore di marinatura
Vegetariana

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- 2 cespi di lattuga
- 5 cucchiaini di concentrato di pomodoro
- 1 cucchiaino di senape rustica
- 1 cucchiaino di radice di rafano grattugiata
- olio extravergine di oliva

Eliminate le foglie esterne di uno dei cespi di lattuga e tagliatelo in 8 spicchi. **Mescolate** il concentrato di pomodoro con la senape e il rafano e cospargete gli spicchi di lattuga con questo composto. **Lasciateli** marinare almeno per 2 ore, quindi grigliateli sulla brace non troppo accesa per 8-10 minuti. **Pulite** l'altro cespo di lattuga e apritelo un po' al centro. Appoggiatevi sopra gli spicchi di lattuga grigliata, condite con un filo di olio e servite.

MARINATURA MEDIA

Il pomodoro e la senape innescano una fermentazione che ammorbidisce tutte le verdure a foglia, le rende più digeribili e ne esalta il sapore. Fatele marinare da 2 a 12 ore: con il tempo diventano via via più tenere e saporite.



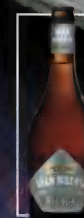
Peperoni grigliati

Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 4 peperoni rossi e carnosissimi
- aglio - sale
- maggiorana - nepitella
- aceto di vino rosso
- olio extravergine di oliva

Sistemateli i peperoni sulla griglia con la brace viva; coprite con la cupola del barbecue e fateli cuocere, girandoli, finché non saranno morbidi e un po' bruciacciati per circa 20 minuti. **Mettete** intanto 2 spicchi di aglio con la buccia nella cenere, in una parte meno calda della griglia. **Togliete** i peperoni dalla griglia, fateli intiepidire chiusi in un sacchetto (il vapore farà staccare la pelle), poi pelateli. **Tagliateli** a filetti e conditeli con olio, aceto, l'aglio a pezzetti e le erbe.



Per la lattuga e per i peperoni, via libera a birre fresche e bevibili, come la **Gran Riserva Bianca**, ultima novità di **Peroni**. Profuma di frutta e spezie ed è versatile, da provare anche con carni e dolci. 1,69 euro, la bottiglia da 50 cl. peroni.it

Melanzana alla primitiva

Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

2 melanzane
basilico
olio extravergine di oliva
sale

Mettete le melanzane intere direttamente nella brace e lasciatele cuocere, girandole ogni tanto, per circa 1 ora.
Tagliatele poi a metà per il lungo e condite la polpa con un filo di olio, sale e foglie di basilico.



Solo il sapore semplice e diretto della melanzana con l'aroma di brace: ci vuole una birra leggera e con lievi note di affumicato, come la **Fumata Bianca di Menaresta**. 3,60 euro, la bottiglia da 33 cl. birrificimenaresta.com



Maccheroncini brûlé

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g pasta tipo maccheroncini
12 pomodorini ciliegia
olio extravergine di oliva
salsa di soia
basilico - sale

Cuocete la pasta in acqua salata e scolatela al dente.

Mettetela su una retina spargifiamma insieme con i pomodorini, tenendoli però separati.

Appoggiate la retina sulla griglia e fate abbrustolire la pasta e cuocere i pomodorini per circa 10 minuti. A metà cottura, mescolate i pomodorini con la pasta e mettete nella brace qualche foglia di basilico perché profumi durante la cottura.

Servite la pasta, completando con un filo di olio, uno spruzzo di salsa di soia e foglie di basilico.



Con il nostro più classico piatto di pasta, qui in versione «alla fiamma», anche la birra deve essere tradizionale. La **Pils del Birrifici Elvo**, prodotta con acqua leggerissima, ha note fresche ed erbacee. 4 euro, la bottiglia da 33 cl. birraelvo.it

Speciale Barbecue



Calamari infilzati sull'alloro

Impegno Medio
Tempo 40 minuti

alloro
limone

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

12 calamari
15 g lievito di birra fresco
salsa di soia

Pulite i calamari, separando i tentacoli dai sacchi. Aprite questi ultimi per il lungo e infilateli a tre a tre su bastoncini di alloro privati delle foglie (oppure su stecchi da spiedo).

Mescolate in una ciotolina il succo di mezzo limone con uno spruzzo di salsa di soia e il lievito sbriciolato.

Spennellate gli spiedini e i tentacoli con questa marinata e lasciateli riposare per 10 minuti.

Grigliate gli spiedini per 10 minuti, insieme ai ciuffi, che cuocerete a fianco.

MARINATURA RAPIDA

Bastano pochi minuti per insaporire i calamari, ma anche il pollo e altre carni bianche. L'aggiunta del lievito aiuta a far penetrare il limone e la salsa di soia nella polpa di pesci e carni. Inoltre dà un caratteristico sapore di tostato.



Dopo 10 min.



L'aroma di limone dei calamari va valorizzato con una birra leggera, che abbia la stessa freschezza. Da provare la **8 Luppali Gusto agrumato del Birrifici Angelo Poretto**, di grande bevibilità. 4,90 euro, la bottiglia da 75 cl. birrificiangeloporetto.it



Un'ombrina tra le foglie

Impegno Facile

Tempo 30 minuti più 2 ore di marinatura

Senza glutine

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

250 g 2 tranci di ombrina puliti e spellati
foglie di limone
salvia – rosmarino
zucchero – sale

Mescolate 2 cucchiaini di zucchero e 1 di sale, salvia e rosmarino spezzettati a mano. Cospargete i tranci di ombrina con questa miscela e lasciateli marinare per circa 2 ore.

Sciacquateli e tamponateli con carta da cucina.

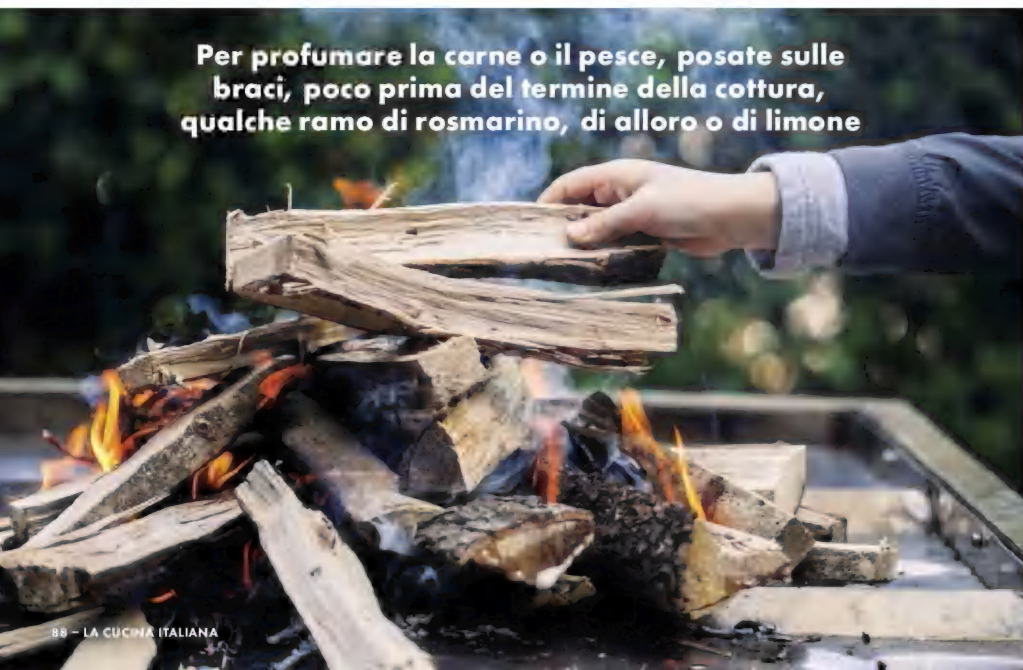
Grigliateli appoggiandoli su foglie di limone, per proteggere un po' la polpa delicata, per circa 20 minuti.

Serviteli subito.



Con le carni delicate dell'ombrina il vino deve essere bianco, leggiadro e giovane (scegliete annate 2016 e 2017). Come il **Tebaldo 2017** di **Ciù Ciù**, da uve chardonnay, pinot grigio e sauvignon. Servitelo freddo (8 °C). **11 euro.** ciucivini.it

Per profumare la carne o il pesce, posate sulle braci, poco prima del termine della cottura, qualche ramo di rosmarino, di alloro o di limone



Costata classica

Impegno Medio

Tempo 20 minuti più 2 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1,6 kg 2 costate con osso alte 5 cm
1 litro birra scura stout
rosmarino
aglio – salsa di soia
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Fate marinare la carne per almeno 2 ore con abbondante rosmarino, uno spicchio di aglio tagliato finemente, qualche cucchiaino di olio e di salsa di soia, sale e pepe e la birra.

Sciacquate le costate marinate, tamponatele con carta da cucina e cuocetele a circa 15 cm di distanza dalla brace, che non deve essere troppo accesa. Toglietele dalla griglia quando avranno preso un colore bruno intenso su entrambi i lati e lasciatele riposare per 3 minuti.

Tagliate le costate a fette e servitele accompagnando con insalata a piacere.

Biancostato in tagliata

Impegno Medio

Tempo 50 minuti più 12 ore di marinatura

Senza glutine

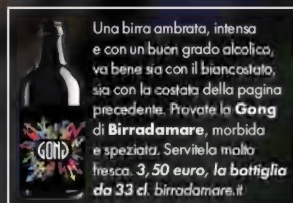
INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g biancostato disossato

4 zucchine

rosmarino – salvia – basilico
olio extravergine di oliva
limone – zucchero – saleMescolate 2 cucchiaini di zucchero
e 1 cucchiaino di sale, rosmarino e salvia
spezzettate a mano.Cospargete la carne con questa
miscela e lasciatela marinare coperta
in frigorifero per 12 ore.Sciacquetela infine e asciugatela
temporaneamente con carta da cucina.Mettetela sulla griglia dove il calore
è molto forte e fatela rosolare bene
su entrambi i lati per un paio di minuti.Spostatela in una zona di calore
più moderato e lasciatela cuocere
per 15-20 minuti.Tagliate le zucchine a pezzetti e
mettele su una retina spargifiamma,
sopra la griglia. Cuocetele per 5-6 minuti,
mescolandole ogni tanto. Alla fine

sprezzatele con un po' di succo di limone.

Servite la carne tagliata a fettine
con le zucchine condite con un filo di olio
e qualche foglia di basilico.

**Questo taglio «povero» di solito si fa bollito. Ma marinato
e cotto sul fuoco diventa più gustoso e tenero**

MARINATURA LUNGA

Sale e zucchero «straggoni»
l'acqua dalla carne e, come
una sorta di precottura,
ne ammorbidiscono le fibre,
profumandole con gli aromi
delle erbe. È un processo usato
anche con i pesci. Per pezzi
grossi servono almeno 12 ore.

Petti d'anatra
alla fiamma

Impegno Medio

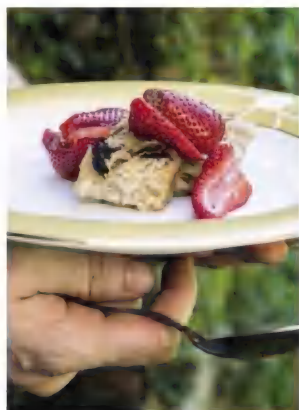
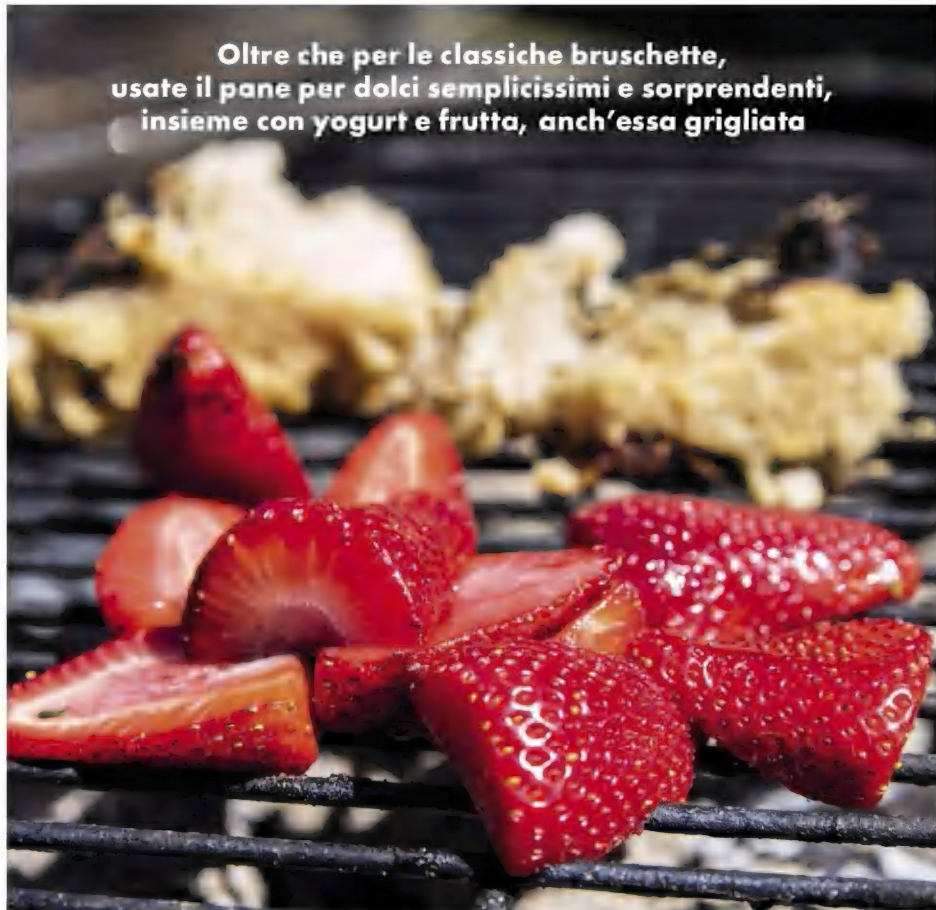
Tempo 20 minuti più 20 minuti di riposo

Senza glutine

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

200 g 2 petti d'anatra
limone – insalata di campo
olio extravergine di oliva
saleIncidete a griglia la pelle dei petti
d'anatra con un coltello affilato. Salateli
e lasciateli riposare per 10 minuti.Tamponateli poi per eliminare il sale
e metteteli sulla griglia, appoggiandoli
sul lato della pelle.Cuoceteli girandoli spesso per circa
10 minuti.Taglieteli dalla griglia, spruzzateli
con il succo di mezzo limone e lasciateli
riposare per 10 minuti, coperti con un
foglio di alluminio, prima di affettarli.Serviteli con insalata di campo condita
con olio, sale e limone.

Oltre che per le classiche bruschette, usate il pane per dolci semplicissimi e sorprendenti, insieme con yogurt e frutta, anch'essa grigliata



Pane e frutta

Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g polpa di 3 pesche mature
150 g zucchero
100 g succo di limone - 16 fragole
8 piccoli pezzi di pane secco

Frullate la polpa di pesca, passatela al setaccio e mettete il succo ottenuto in una casseruola con lo zucchero, 100 g di acqua e 100 g di succo di limone. Portate a bollire lo sciroppo.
Immergetevi il pane secco e lasciatelo inzuppare finché non si sarà gonfiato

e lo sciroppo non si sarà raffreddato.
Scolatelo e posatelo sulla griglia, a calore non troppo forte; di fianco, adagiate le fragole tagliate a metà e raccolte in un cartoccio di alluminio. Cuocete tutto per circa 10 minuti, quindi togliete le fragole dal cartoccio e abbrustolite direttamente sulla griglia per 1-2 minuti.



Pane e frutta, mix non troppo zuccherino: si ravviva con uno spumante morbido, come il **Gl' Or Black** di **Maschio dei Cavalieri**. A base di pinot grigio, fresco e floreale, è buono anche con aperitivi e antipasti leggeri. maschiodeicavalieri.com

Crostoni alle ciliegie

Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1 kg ciliegie
300 g yogurt denso (tipo greco)
3 panini tipo piccola ciabatta
zucchero a velo
maraschino

Snocciate le ciliegie.

Tagliate a metà per il lungo i panini e posateli sulla griglia; a lato mettete anche le ciliegie, su una retina spargifiamma. Cuocendo, il loro sugo colerà sulla brace, producendo un fumo aromatico che darà a tutto una lieve nota affumicata.

Togliete il pane quando sarà abbrustolito e le ciliegie dopo 15-20 minuti.

Spalmate lo yogurt sui panini e completate con le ciliegie, spruzzate di maraschino e cosparsate di zucchero a velo.



Per questi crostini l'abbinamento migliore è con una **kriek**, birra che si produce con l'aggiunta di succo di ciliegia. A noi è piaciuta quella dei monaci benedettini di **La Cascinazza**. È buona non troppo fredda, sui 10 °C. 12 euro, la bottiglia da 75 cl. prodotticascinazza.it



Pesche abbrustolite

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

200 g panna fresca
4 pesche – 4 biscotti secchi
zucchero – mandorle amare
olio essenziale di sambuco
vino Moscato d'Asti

Aprire le pesche a metà, spruzzatele con il Moscato e grigliatele finché non saranno morbide, per circa 5 minuti per parte.

Servitele con la panna montata con un cucchiaino di zucchero e qualche goccia di essenza di sambuco, i biscotti sbriciolati e le mandorle amare tritate fini.

Da sapere L'olio essenziale di sambuco si trova in erboristeria. Aggiungerà una nota fresca e floreale molto caratteristica.



IL PROSCIUTTO ORIGINE E FIORFIORE COOP PROVIENE DA SUINI ALLEVATI SENZA ANTIBIOTICI NEGLI ULTIMI 4 MESI.

Coop lavora ogni giorno per migliorare
le condizioni di allevamento degli animali, con l'obiettivo
di eliminare o ridurre l'uso degli antibiotici.
Un impegno concreto per contribuire a contrastare l'antibiotico resistenza.

Scopri di più su e-coop.it/alleviamolasalute

Origine
TRACCIABILITÀ TOTALE
FILIERA DI QUALITÀ

LA **coop** SEI TU.

fiorfiore
Il Meglio della Cultura Gastronomica

Il guanto in silicone di Tupperware resiste fino a 220 °C. Ha un manico in cotone e una fodera interna in pallestere, per una maggiore comodità. 30 euro. tupperware.it

Conservarli in aceto di mele, i cetriolini Valbona rinfrescano il palato con delicatezza tra un boccone e l'altro. Buoni con carni grasse e salmone. 1,89 euro. valbona.com

Guarda come ti griglio

Scegliete i tagli di carne migliori, utilizzate gli attrezzi adeguati e guarnite con salse e golosità

Si iposta con facilità il barbecue a carbone su ruote Master-Touch GBS 57 cm di Weber. Con braciere e coparchia in acciaio smaltato, disponibile in sette colori, costa 329 euro. weber.com

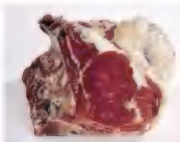
La salsa giapponese teriyaki è un mix di soia, mirin (vino di riso) e zucchero. La versione bbq di Kikkoman con miele e spezie è ideale con le cosine di maiale. 6,44 euro. eurofood.it

Spatola, forchettone e molle in acciaio inox, con manico in legno, per una presa sicura. Da Tigotà. 6,50 euro. tigota.it

Nel ceppo K-Block, 5 coltelli Mami di Alessi (acquistabili anche singolarmente), tra cui due santoku giapponesi per pesce, carne e verdura. 206 euro. ilser.alessi.com

Per una grigliata cittadina, il pratico barbecue da «terrazza» di Tescoma. 149,90 euro. tescomonline.com

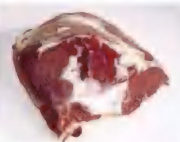
COSA METTERE SULLA BRACE



Tenera e mazzata, la costata di manzo è il taglio da grigliata per eccellenza. Va tagliata spessa e cotta con l'osso e con il suo grasso, perché resti morbida e saporita.



Il biancostato, gustoso (ed economico), è ricco di grasso e di tessuto connettivo, da «sfibrare» con una lunga marinatura e con una cottura piuttosto lenta e su fuoco dolce.



Taglio scelto della parte posteriore del manzo, lo scamone, tenero e non troppo magro, va cotto brevemente. Ideale a cubetti, in spiedini con verdure e fettine di pancetta.



I calamari, come gli altri molluschi della stessa famiglia, sono ottimi grigliati. Attenzione ai tempi di cottura: per una polpa «al dente» e non gommosa, sono sufficienti pochi minuti.

FOTOGRAFIE ARCHIVIO LA CUCINA ITALIANA

Novità



E' arrivata la mozzarella in sfoglia.



WHITE, RED & GREEN



La mozzarella cambia formato, nasce la sfoglia Bayernland: gustosa e delicata, è perfetta per accendere la tua fantasia in cucina. Già pronta per essere farcita nei modi più diversi, può essere utilizzata per realizzare tantissime preparazioni, da gustosi finger food per l'aperitivo a piatti unici. Lasciati avvolgere dalla sua bontà!

I PIÙ BUONI DI TUTTI



Banane annerite e briciole di pane che diventano piatti d'autore. Così **Massimo Bottura** ci racconta i suoi Refettori virtuosi e solidali. Dove chi ha meno trova ogni giorno un pasto e «cibo per l'anima»

A cura di SARA TIENI

Quante torte si potrebbero fare con un trilione di mele? Se lo immagina?». Basta conversare con Massimo Bottura per trenta secondi per essere risucchiati nella sua visionaria risoluzione dei problemi del mondo. Per il cuoco tre stelle Michelin la lotta allo spreco alimentare è una leva con cui risolvere le sorti del pianeta. Una specie di contrappeso per equilibrare la bilancia dell'ingiustizia. Primo italiano, nel 2016, a finire sul podio più alto della lista di *The World's 50 Best Restaurants* (la classifica annuale dei cinquanta migliori ristoranti al mondo, stilata dal mensile britannico *Restaurant*), il cuoco dell'Osteria Francescana di Modena continua a sfruttare la sua popolarità per fare del bene. Temperamento da leader, ricorda nell'atteggiamento un po' l'Obama del famoso «Yes

we can». Soltanto che il suo motto recita «Food for Soul» (ovvero «cibo per l'anima»), che è anche il nome dell'associazione senza scopo di lucro da lui fondata insieme con la moglie Lara Gilmore nel 2015 sulla scia di Expo. Un progetto che si è concretizzato in refettori per chi ha meno, ma soprattutto in luoghi per risolvere lo spirito attraverso la bellezza e un cibo davvero buono ma cucinato con ingredienti di recupero o in scadenza. «Questo è un programma culturale, non un'iniziativa caritatevole», tiene a

precisare Bottura. Sono nati così prima il **Refettorio Ambrosiano**, nella periferia Nord di Milano, poi il **Gastromotiva** nel quartiere Lapa di Rio de Janeiro, il **Felix** di Londra e, da poco, il **Refettorio Paris**, in uno dei luoghi più suggestivi della città, la chiesa della Madeleine. Lì, nel cuore della Ville Lumière, opera già da quarant'anni una mensa diurna, al costo simbolico di 1 euro. «Noi ci occupiamo del turno serale», aggiunge il cuoco. Ma guai a cadere nell'immaginario di un luogo triste. Il miracolo di Bottura e consorte ha coinvolto aziende, designer, architetti e altri cuochi eccelsi del pianeta nel regalare cultura, oltre che dignità, partendo dal nulla. «Con delle banane annerite e delle briciole di pane si possono fare delle meraviglie», che vengono servite in luoghi di bellezza sorprendente. Il refettorio di Parigi, per dire, ha interni disegnati in



Una spoca volontaria prepara i pasti nel Refettorio Gastromotiva a Rio de Janeiro; gli interni dei vari Refettori nel mondo. A sinistra, il chef Massimo Bottura al Gastromotiva e, in basso, uno dei piatti preparati con ingredienti di recupero.

FOTO ANGELO DAL BÙ, PABLO SAGUIA, SIMON OWEN RED PHOTOGRAPHIC



collaborazione con l'artista francese JR, famoso per i suoi collage. Le cucine sono state curate da Grundig, con il meglio della tecnologia. «Food for Soul ha un fondo etico ed estetico. Il cibo del futuro non può essere che così». Se vi sembrano concetti troppo filosofici, ecco i numeri a oggi: 45 le tonnellate di alimenti raccolti, 450mila piatti preparati per 150mila persone da 245 cuochi volontari, tra cui Davide Oldani, Andrea Berton e Alain Ducasse. Come ha fatto Bottura a convincere gli stranoti colleghi? «Gli

ho detto: non sarebbe pazzesco cucinare per chi non ha la minima idea di chi siamo?». Tuttavia l'obiettivo per lui è un altro: «Trasmettere l'esperienza ai volontari, i veri eroi». «Nel mondo si produce cibo per 12 miliardi di persone anche se siamo 7 miliardi. E l'assurdo è che 870 milioni lottano con la fame», affonda Bottura, che è passato dall'indignazione all'azione usando «tempo, talento e conoscenza per fare pasti straordinari con materiale di recupero come il pane raffermo». A quest'ultimo tema ha dedicato il libro *Il pane è oro*, edito da Phaidon/L'ippocampo, con le ricette sue e dei cuochi che hanno condiviso il progetto Food for Soul; i proventi delle vendite servono ad alimentare il circolo della solidarietà. Oltre ai vari refettori, infine, Bottura ha inaugurato delle «social tables», Antoniano di Bologna e Ghirlandina di Modena, dove, una volta alla settimana, vengono preparati dei pasti serali per famiglie in difficoltà.

Trieste

LA BELLA (NON PIÙ)
ADDORMENTATA

Non una ma tre. Di mare, di terra, e asburgica. Tante sono le cucine da sperimentare in una città dove la fusion è di casa.

Fiammetta Fadda in missione racconta, assaggia, raccomanda

Foto DIEGO ARTIOLI

La più grande vetrata
monolitica d'Europa
si affaccia sul porto di Trieste
dal bar di Eataly, inaugurato
all'inizio del 2017. La struttura
ha recuperato gli spazi
degli ex Magazzini del vino
esaltando la piacevolezza
del lungomare.

Da sempre mi chiedo perché agli italiani, ma non solo, sembra che l'Italia finisca a Venezia anziché continuare fino allo splendore di Trieste. Prendete, per dire, le due piazze che «fanno» le due città.

Venezia col fasto orientaleggiante di San Marco, Trieste col lusso laico e austroungarico di Piazza dell'Unità; Venezia aperta sulla mollezza della Laguna, Trieste spalancata sulla luce del golfo; tutte e due con due caffè che si fronteggiano, il Florian e il Quadri a Venezia, gli Specchi e l'Harry's a Trieste. A chi la palma della bellezza? Dipende dai gusti. Quanto a bar, però, Trieste ha almeno una marcia in più. Primo, perché standosene comodamente seduti si contempla il mare aperto come si fosse in barca; secondo, perché l'Harry's è dentro i Duchi d'Aosta, il grand hotel che ha fatto la storia della città, dove hanno soggiornato tutti quelli che contano, da Nelson a Casanova, a Sting, ad Abbado, a Noor di Giordania. Potremmo persino avanzare l'ipotesi che quando nel 1972 Arrigo Cipriani aprì l'Harry's Grill «restaurant & café» nell'albergo appena ristrutturato, lo abbia fatto per l'ambizione di duplicare il suo celebre angoletto veneziano (in origine un deposito di cordami), nella grandeur di un hotel famoso davanti a una piazza mozzafiato. Un luogo d'incontro avant-garde, aperto dalla prima colazione alla cena, quando ancora nessuno pensava che quella formula sarebbe diventata un trend vincente quarant'anni dopo.

QUI I CAFFÈ SONO ANCHE NATURALI RIFUGI ANTIVENTO, TANTO CHE MOLTI BAR E BUFFET HANNO DUE INGRESSI, UNO DEI QUALI RESTA CHIUSO FINO ALL'ARRIVO DEL BENEVOLO «BORIN», LA BORA LEGGERA

Adesso all'Harry's è da poco arrivato con la sua équipe lo chef Matteo Metullio, triestino, trentenne, bistellato alla Sirlola in Alta Val Badia, che ha aperto al bistrò di qualità e alla cucina del chilometro «vero» anziché «zero»: «Voglio dar da mangiare un vitello tonnato, dei rigatoni cacio e pepe, una milanese da far esclamare: sono buoni da paura!». Senza fiocchi e controfiocchi. Per quelli, c'è l'Harry's Piccolo, solo quattro tavoli, dove fa una cucina contemporanea ricercata: Battuto di gamberi rossi, ricci di mare, rafano, chips di riso alla liquirizia; Risotto all'acqua di pomodoro, plancton, capperi, acciughe e basilico; Crumble al cacao, gelato al cioccolato salato, cremoso alla menta su bisquit al cioccolato.

Ma, allora, perché Trieste non incontra?

Perché è faticosa da raggiungere, dice chi ci viene per lavoro. Perché non ha una personalità gastronomica definita, sentenziano i buongustai. «Perché è una città postindustriale alla ricerca di una nuova vocazione», conclude Riccardo Illy, triestino doc, produttore del noto caffè, due volte sindaco, poi presidente della Regione Friuli-Venezia Giulia. Adesso però la città è in fermento per arrivare pronta al 2020, quando sarà capitale europea della scienza e, contemporaneamente, Fiume, a un'ora d'auto, sarà capitale europea della cultura. L'aeroporto ha intensificato i voli; la famosa terza corsia autostradale procede a tappe forzate; l'attrazione commerciale per le start up scientifiche, in una destinazione che vanta una delle più alte concentrazioni di scienziati in Europa, è alta; la nuova «via della seta», verso Oriente, sarà sempre più marittima. Però, ammettiamolo, c'è un ma.

Nel programmare un fine settimana o una vacanza, se non amate l'azzardo è d'obbligo un accurato esame del meteo locale. Perché sulla bellezza della città incombe la minaccia della bora, il vento di est-nord-est in diretta dalla Russia. C'è quella scura, con cielo cupo, e quella chiara, con cielo terso. Possono soffiare senza sosta anche per due, tre settimane scuotendo le finestre, sollevando di peso gli incauti, facendo strage di ombrelli e ogni tanto, non è leggenda, rovesciando automobili e camion.

I triestini la vivono come un emblema distintivo e sorridente. Sorridono anche quando si parla di fusion come di una nuova tendenza gastronomica. In una città che nell'arco di un secolo è stata austroungarica, italiana, tedesca, jugoslava, angloamericana e, dal 1954, di nuovo italiana, senza contare gli influssi greci e turchi, la fusion è di casa da sempre. Comunque, per l'onnivoro elegante, le cucine sono tre: quella marinara, quella carsolina, ambedue popolari, e quella asburgica, aristocratica e alto borghese.

Primo. L'Adriatico e la cucina marinara

Il mito, valido altrove, che per capire il polso gastronomico di una città la prima meta è il mercato, qui non funziona. I ristoranti di pesce si affidano ai fornitori professionali, tutti gli altri fanno i loro acquisti in pescheria. Però ci si può divertire molto andando alla Barcaccia, la pescheria dentro Eataly, dove il mercoledì a fine giornata vengono messi all'asta per i

privati grossi pesci e cassette di minutaglia. Il criterio è opposto a quello classico: ovvero, l'offerta parte dal prezzo alto e si va a scendere. Tutti comunque esigono il pesce che popola il mare lì davanti: scampi istriani, capesante istriane (piccole! se no «i vien de fora», vengono da fuori), granseole (la cui bontà è ritmata dalla luna: «luna piena granzo svodo, luna svoda granzo pien», luna piena granchio vuoto, luna vuota granchio pieno), i celebrati sardoni di Barcola, il villaggio di pescatori a pochi chilometri, che sono acciughe di polpa bianca; e i «peoci», le cozze, allevati nelle pedocere calate nelle acque pulitissime del Quarnero, in Croazia. Le undici sono l'ora canonica per un «rebechin», lo spuntino dei marittimi di una volta. Se cercate sfizi, la vostra destinazione è Salumare, in Via Torino, cuore della movida triestina, dove si mangiano tartine creative e/o tradizionali: pâté di sgombero e capperi; aringa e mela verde; pancetta di tonno affumicato.

Se invece volete sedervi ai tavoli dove tutti – triestini, visitatori, personaggi famosi e non – si sono adattati volentieri all'imperativo del menu a voce perché solo così «è possibile la freschezza del pesce per cui siamo famosi», andate da Menarosti. È un'immersione nel più suggestivo vintage anni Sessanta, effetto salotto un po' délabé con affettuosa accoglienza dei proprietari e piatti tradizionali il cui gradimento è confermato dai numeri. Per dire: il risotto alla marinara impegna cento chili di riso al mese; ogni giorno sono venti i chili di granseole e seppie, frutti di mare e scampi, rombi e spigole consumati. Fatevi preparare gli scampi alla «bùzara», una volta piatto di pescetti stufati in un sugo ristretto di pomodoro

Battuto di gamberi rossi, ricci di mare, rafano, chips di riso alla liquirizia

Un antipasto del nuovo menu dell'Harry's Piccolo, il ristorante gourmet del Grand Hotel Duchi d'Aosta. Lo chef Matteo Metullio, che è triestino, ha unito due elementi rappresentativi della sua cucina: la dominante marina e quella continentale della radice di rafano. Molto interessante l'uso della polpa di riccio montata con olio extravergine (un etto di polpa per 25 grammi di olio) per la sapida maionese distribuita in gocce.



Al centro, Matteo Metullio con i due executive chef dell'Harry's, Alessandro Buffa, a sinistra, e Davide De Pra, a destra; il porticiolo di Muggia, a pochi chilometri da Trieste; l'interno di Draw, bar-bistrò di successo in Via Torino, centro della movida cittadina.





Dall'alto a sinistra, in senso orario, la facciata del Duomo di Muggia in stile gotico-veneziano, dedicato ai Santi Giovanni e Paolo; un saggio delle specialità al caffè per cui va famoso il Caffè degli Specchi in Piazza dell'Unità e una scelta di tè; proprietario e sommelier davanti all'ingresso dello storico Caffè Tommaseo.

e olio insaporito con cipolla, aglio, prezzemolo, oggi salito di tono e di prezzo. «Bùzara» può derivare dalla voce dialettale per «imbrogliata, buggeratura», oppure da «boccia», la pentola di coccio in uso sulle imbarcazioni dei pescatori dalmati. La versione civilizzata della ricetta con gli scampi puliti e sgusciati è disprezzata dai puristi che succhiano religiosamente testa e carapace dei preziosi crostacei del Vallon di Cherso, lì vicino.

Però è giugno e, se avete voglia di respirare il mare oltre ad assaggiarlo, è importante che assimilate lo speciale concetto che i triestini hanno dell'estate in città, concetto che si concentra nell'andare ogni giorno ai «bagni». Gli stabilimenti che punteggiano il lungomare, da quelli liberi dove ci si stende sulle rocce o sul cemento a quelli provvisti di spogliatoi, fino a quelli con lettini e ombrelloni, sono oggetto di testi letterari. Il famoso muro del Pedocin (costo dell'ingresso un euro), che divide la sezione maschile da quella femminile, per Sigmund Freud era «sinonimo di libertà» (per le donne di starsene tra di loro, per gli uomini altrettanto); gli adolescenti vanno ai Topolini; la borghesia da Stico, sotto il Castello di Miramare. Proprio sul lungomare, con la veranda sulla spiaggia privata, c'è il Tre Merli, gestito da tre soci/amici con il savoir faire di chi è abituato a dare del tu ai Missoni e al sindaco, servendogli il risotto con la sfumatura prediletta. Il locale, rinnovato da poco, ha anche un corner giovane e veloce con cose come hamburger di salmone e gamberi in salsa tay. Ascoltando lo sciacquo delle onde, cominciate con i famosi sardoni triestini. Impanati (farina, uovo, pangrattato) e fritti, arrivano caldi, croccanti, senza un filo di unto, accompagnati da un'esotica salsetta di perle di papaya. L'ideale è farli seguire dai cubi di baccalà con spinacini e patate novelle, versione estiva e contemporanea dell'eterno baccalà mantecato.

Secondo. Il Carso e la cucina contadina

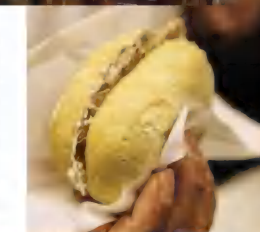
Trecento metri più su, dove una volta saliva il tram a cremagliera, comincia già l'altopiano del Carso. E la sua cucina, tutta di tradizione slovena, presieduta dal maiale. Due i paradisi del porco: il Pepi e la Siora Rosa. Dove dirigersi? Anche qui è questione di gusti. Pepi, immutato da 120 anni, è macho, piccolo, scomodo; Siora Rosa, col look rifatto di recente e la sala con vista intellettuale sulla statua bronzea di Italo Svevo, è femminile, affettuoso, confortevole. In tutti e due trovate, a vista:

la caldaia grande per cuocere i pezzi, quella piccola per tenerli caldi, il contenitore di metallo dove in ghiotta confusione stanno assepati: 1) carré di maiale, 2) lingua salmistrata di vitello, 3) salsicce di maiale affumicato, 4) salsicce di cragno (macinato grosso di carni suine e bovine), 5) würstel classici, 6) cotecchino, 7) porcina (la spalla di maiale), 8) testina. E, per gli intenditori, orecchia e piedino. Per uno spuntino fatevi assemblare un panino; se no ordinate il piatto misto con crauti e patate «in tecia», saltate con cipolla e pancetta, servito con rafano grattugiato, pane nero e senape. In Via Torino, centro della movida triestina, le nuove generazioni amano gli spazi meno cibomaniacali di Draw, concentrati sul piacere di stare insieme wifi connessi, bevendo un aperitivo, leggendo e sboccellando piattini eticamente corretti.

Se però si tratta di sperimentare un'autentica cucina carsolina depurata il giusto, salite a Opicina, il quartiere residenziale chic di Trieste, prenotate da Valeria e ordinate la jota. È la tipica minestra triestina, «non carsolina!», esclama il cuoco, una volta addensata con strutto e farina finché il cucchiaino «ci stava in piedi».

Questa invece, con olio di oliva anziché strutto a condire, esige crauti soffritti con semi di cumino, patate con la salsiccia, fagioli, tutti cotti in pentole diverse. Ne esistono anche una in versione estiva, con ritagli di prosciutto, e una firmata dalla storica trattoria Suban, insaporita da una grattata di cren. Poi ordinate il pollo fritto con salsa tartara, altra specialità locale di bontà strepitosa.

Tuttavia per capire la stranezza e la scontrosità di questa terra, dovete addentrarvi nell'interno. Grotte, doline, valli, fiumi sotterranei, roccia durissima coperta da un palmo di terra rossa. Fino alla Val Rosandra, luogo per fiabe che fanno paura ai bambini, con la famosa cascata, i boschi, gli orridi, i torrenti torruosi, popolata di personaggi un po' stravaganti. Del genere di Edi Zobel, che a Bagnoli della Rosandra ha creato un agriturismo basato sulla perfezione dei suoi salmoni allevati nelle acque delle risorgive (sono potabili!) che sboccano nel suo terreno. E, su tutto, la bora che riduce la campagna a una sorta di deserto. Se salite ad ammirare gli ulivi del Carso, resterete attoniti, nel senso che, anche quelli centenari, sembrano nani. Come mai? «Perché qui per sopravvivere le piante devono mantenersi basse», risponde Elena Parovel, quarta generazione di coltivatori, che col fratello Euro, a Caresana, nel comune di San Dorligo, produce il suo raro e magnifico olio, da tre anni Presidio Slow Food, dalle olive dell'autoctona varietà Bianchera. Lo stesso vale per l'olio



Dall'alto, l'interno di Pepi, il buffet irrinunciabile per gustare il maiale; un «rodoletto», il panino tappafame di metà mattina tipico di Trieste; Tom Oberdan e la moglie, del ristorante Valeria a Opicina, il quartiere chic della città; e la loro versione della jota.



La «pinza», a Pasqua ma non solo

Mady Fast, storica cultrice della cucina triestina, spiega che l'augurio pasquale in città era «Bona Pasqua, bone pinze».

Era un punto d'onore fare le pinze in casa facendo lievitare la pasta, ricca di uova, zucchero e burro, per tre volte, incominciando il primo lievitare alle quattro del mattino. Oggi la pinza si trova tutto l'anno. Nella foto, quella della pasticceria La Bomboniera.



UN CAFFÈ? A TRIESTE ORDINATELO COSÌ

NERO = caffè espresso

GOCCIATO = caffè con poca schiuma

CAPO = caffè macchiato

NERO in B = espresso in bicchiere

CAPO in B = macchiato in bicchiere

CAFFELATTE = cappuccino

VIENNESE = cioccolata grattugiata, espresso lungo, panna montata

MORLACCO = caffè, crema pasticceria, liquore Morlacco alla ciliegia, panna



Un piatto dei famosi «sardon» fritti triestini, acciughe di polpa bianca e delicata, ai Tre Merli; una sfilata delle etichette di Benjamin Zidarich, produttore eccellente di Vitovska. Nella pagina accanto, ulivi e filari di viti a San Dorligo della Valle.

Mate, di Mate Vekić che a 75 anni ha vinto la sfida del clima mettendo a dimora 25.000 ulivi di varietà abituate al clima benevolo della Toscana. Con risultati straordinari.

Il duello costante con la violenza della natura sembra aver prodotto in tutti una leggera, ostinata follia. Come spiegare diversamente il lavoro di Benjamin Zidarich, vignaiolo a Prepotto? Il luogo, una sorta di balcone alto trecento metri sul golfo, da cui si abbraccia Italia, Croazia e Slovenia, è lo stesso dove il padre e il nonno tiravano fuori giusto il necessario. Lui per dieci anni ha cavato la pietra sotto casa fino a ventidue metri di profondità per tirar fuori cinque piani di cantine. Impressionanti. Poi, già che c'era, ha fatto costruire

Terzo. I caffè e la cucina asburgica

Trieste, che considera Maria Teresa d'Austria col rispetto dovuto a una super-zia, è la dépendance più autentica del civilissimo uso viennese di concedersi una lunga pausa quotidiana seduti al caffè. I caffè storici della città sono tre e non ci si siede nell'uno o nell'altro per caso. Andate al Tommaseo, il più antico, se vi piace l'elegante rimando degli specchi ottocenteschi e la clientela dignitosa e borghese; se siete portati ai calici mediativi provenienti dall'enoteca Bischoff, stessa proprietà, con la sua straordinaria scelta di etichette; se, prima o dopo lo spettacolo teatrale, vi va un boccone chic. Andate al San Marco se volete respirare

IL RAPPORTO DEI TRIESTINI CON LA CULTURA È TALE CHE LE STATUE DI ITALO SVEVO, UMBERTO SABA E JAMES JOYCE LI RAPPRESENTANO MENTRE PASSEGGLIANO FAMILIARMENTE IN CITTÀ

dei tini di pietra dove fa il Kamen, una Vitovska «minerale e semplice come al tempo degli antichi». Tutta questa fatica per otto ettari di vigna e 30mila bottiglie. I produttori eccellenti in zona, tutti con personali risvolti di bizzarria, sono una trentina, e se vi trovate a Trieste il 15 e il 16 giugno in occasione di Mare e Vitovska, avete l'occasione per un assaggio a tutto tondo di questi vini molto particolari, fino agli anni Cinquanta bevuti e conosciuti quasi soltanto da quelli del posto.

Ci sono la Vitovska, il bianco sapido e minerale che si identifica con la zona; il Terrano, il rosso asciutto e piacevolmente acidulo che nasce dal refosco, lo stesso vitigno che in Friuli dà anche il nome al vino; la Malvasia, il bianco fresco e leggermente aromatico adatto all'estate. Si bevono, e bene, dovunque. Ma per sperimentarli «alla triestina» dovete assolutamente andare a berli dai produttori stessi nella loro osmiza. Anzi, in più d'una se avete tempo. L'osmiza (dallo sloveno «otto») è l'antica licenza accordata ai vignaioli di somministrare cibo e bevande al pubblico a casa propria per due mesi all'anno, divisi in tranches di otto giorni. Senza pagare tasse. Oggi le tasse si pagano ma, come allora, un mazzo di frasche appeso fuori indica al passante che l'osmiza è aperta (sul sito osmize.com, tutte le informazioni). L'ospitalità è rustica: panche e camino d'inverno, panche e pergolato d'estate, vini della casa, salami e prosciutti del maiale ucciso l'anno prima. Idealmente, almeno. Perché l'aumento del turismo lascia qualche dubbio.



INDIRIZZI

Agriturismo Zobec, Località Bagnoli della Rosandra 244, zobec.it

Caffè degli Specchi, Piazza dell'Unità d'Italia 7, caffespecchi.it - **Caffè San Marco**, Via Cesare Battisti 18, caffesanmarco.com

Caffè Tommaseo, Piazza Nicolò Tommaseo 4C, caffetommaseo.it - **Da Pepi**, Via della Cassa di Risparmio 3, buffetdapepi.it - **Da Siora Rosa**, Piazza Attilio Hortis 3 - **Draw**, Via Torino 26

Eataly, Riva Tommaso Gulli 1, eataly.net

Harry's Restaurant & Café, Grand Hotel Duchi d'Aosta, Piazza Unità d'Italia 2, duchi.eu

Mate Vekić, Romanija 60/A, Salvore, Croazia, mateoliveoil.com

Parovel, Zona Artigianale Dolina 546, San Dorligo della Valle, parovel.com

Pasticceria La Bomboniera, Via Trenta Ottobre 3, pasticceriaalabomboniera.com

Ristorante Menarossi, Via del Toro 12

Trattoria Valeria 1904, Strada per Vienna 52, trattoriavaleria.it

Tre Merli, Viale Miramare 42, tremerli.it

Zidarich, Località Prepotto 23, Duino Aurisina, zidarich.it

l'atmosfera letteraria e irredentista; se non avete mancato il breve pellegrinaggio alle tre statue bronzee di Joyce, Saba e Svevo; se volete curiosare nella sezione libreria o, semplicemente, osservare l'entrata-esci di intellettuali e studenti mentre pazientate a lungo per veder comparire la vostra ordinazione. Infine, e fa tre, andate al Caffè degli Specchi per scegliere tra 50 varianti di caffè; per sbocconcellare i dolci di Giuseppe Faggiotto, deus ex machina del locale, che nasce pasticciere; per mescolarvi a un'umanità democraticamente variegata. Andate all'Harry's per sorvegliare il miglior Hugo della città, la versione triestina dello spritz, preparato con Prosecco, sciroppo di fiori di melissa, seltz e foglie di menta; per il servizio impeccabile; per il piacere del dehors più blasonato della città. Poi dirigetevi verso le torte della Bomboniera, la prima pasticceria nata a Trieste, che dal 1836 detiene le ricette originali delle specialità austroungariche, ancora cotte nell'antico forno a legna. Acquistate senz'altro il presnitz di scuola viennese, con le noci, l'uva passa e le scorze di arancia e cedro avvolte nella pasta sfoglia a forma di chiocciola. O la soffice putizza, protagonista carsolina di ogni festa familiare.

Tenendo presente che qui i dolci si somigliano perché nascono tutti dai pochi prodotti di una terra avara. Ma se c'è una fiera non mancante un bell'assaggio di kaiserschmarren, la frittata dolce sminuzzata nell'enorme padella di ferro e cosparsa di zucchero. ■



L'ISOLA FELICE

Come riceve una principessa contemporanea? Ricette di famiglia e grandi piatti di portata, qualche tovagliolo spaiato e poi tanti fiori. In omaggio a certi favolosi giardini

Testi SARA TIENI, Foto GIACOMO BRETZEL

Marina Borromeo ci apre la porta di casa, un elegante appartamento a Palazzo Borromeo, nell'omonima piazza di Milano, e si materializza l'archetipo della principessa 2.0. Niente tiare, insomma, davanti a noi c'è una bella signora in jeans e T-shirt, dai modi eleganti ma con un certo senso pratico. Ci invita subito in cucina. «Mi scusi, sta per scadere la cottura della torta: devo controllare». Nell'aria un profumo di burro e di limone. Questa **immediata familiarità** smonta subito in me un certo timore reverenziale dovuto a qualche secolo di storia della sua famiglia (chi non si ricorda il Cardinale Federigo Borromeo de *I Promessi Sposi* e le interrogazioni del liceo alzi la mano).

Siamo qui per capire come si ricevono gli ospiti a regola d'arte, «ma senza tante cerimonie, perché ogni donna, tra impegni di famiglia e lavoro ha già una vita complicata». La principessa sicuramente non si annoia. Due figli ventenni, un passato nell'editoria, da anni Marina affianca il marito Vitaliano Borromeo nella gestione del loro **patrimonio culturale e monumentale**, che comprende l'arcipelago delle Isole Borromee nel medio Lago Maggiore, il Parco Pallavicino a Stresa e la Rocca di Angera. Marina si illumina, parlando di un nuovo progetto. «Da poco ha aperto l'Ala Scaligera della Rocca di Angera, uno spazio ideato per l'arte contemporanea che ogni anno ospiterà una mostra: un sogno realizzato».

In tavola arrivano le celebri uova nelle patate «una ricetta di mia suocera Bona: d'effetto, è in realtà facilissima». Al centro della tavola un tripudio di fiori. «Li amo molto, a volte li sostituisco

Uova nelle patate

Impegno Medio

Tempo 1 ora

Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g formaggio fontina
50 g burro
4 patate
4 uova medie
latte - sale

Incidete profondamente le patate con l'aiuto di un tagliapasta tondo (ø 4 cm), come si vede nella fotografia qui sotto.

Avvolgetele nell'alluminio e infornatele

a 180 °C per 25 minuti o almeno fino a quando non saranno cotte perfettamente.

Togliete la piccola calotta di buccia tenendola da parte e scavatene l'interno quasi interamente, avendo cura di non rompere la patata che verrà utilizzata come contenitore.

Passate la polpa delle patate con lo schiacciap patate, poi mescolatela con 1 bicchiere di latte, il burro e un pizzico di sale, come se doveste fare un purè.

Farcite le patate forate con poco purè, inserite dei dadini di fontina e completate con altro purè. Lasciate un incavo in concomitanza del foro, quindi adagiatevi un tuorlo e coprite con la calotta.

Infornate a 220 °C per 8 minuti esatti.



Un particolare della tavola di casa Borromeo. Piatti Richard Ginori e cristalli calaresi. L'idea la bianchiola, souvenir di una vacanza esotica, usata come saliera.



LUOGHI DI DELIZIE

L'Isola Bella, di fronte a Stresa. Come l'Isola Madre, il Parco Pallavicino e la Rocca di Angera, sulla sponda lombarda del Lago Maggiore, fa parte del circuito turistico Borromeo.

Fino al 30 settembre, nel nuovo spazio dedicato all'arte contemporanea nella Rocca di Angera, si potranno vedere in mostra, tra le altre, opere di Anish Kapoor e di Vanessa Beecroft. isoleborromeo.it

con frutta fresca o con conchiglie». In tavola ce ne sono di bellissime, in argento, del maestro orafo Buccellati. «Mio marito conosce la mia passione per il mare e me le regala per celebrare certe occasioni, tuttavia anche quelle naturali possono rendere speciale una mise en place».

Arriva una mousse di pomodorini con avocado. «Lo servo durante i brunch. Tra i miei due figli e i loro amici ci sono sempre tanti ospiti d'estate. Il mio cavallo di battaglia sono le **torte salate**, come quella di zucchine e fave, copiata da un vecchio numero della vostra rivista». Sulla tavola spiccano delle splendide porcellane. «Sono la mia passione, le preferisco alle maioliche per la sottigliezza, ma per rendere elegante un'apparecchiatura basta poco: dei tovaglioli vintage, enormi, magari con le cifre ricamate. Si trovano nei mercatini e sono bellissimi anche spaiati».

Sulla **tovaglia** la padrona di casa ha le idee chiare. «Quella bianca per le occasioni eleganti. Altrimenti delle tovaglie di lino e dei sottopiatte di bambù. Sono pratici e di grande effetto». Tra le regole di casa «no agli impiattamenti da chef. Si ai grandi vassoi da cui tutti possono attingere. Gli ospiti si devono sentire liberi di mangiare quello che preferiscono».



Il cake al limone, uno dei dolci tipici del brunch della famiglia Rorraman. Sotto, la mousse di pomodorini, un pasto ideale per un pranzo a sivo.



Mousse di pomodorini con avocado

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 2 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g passata di pomodorini ciliegia
150 g panna fresca
5 pomodorini ciliegia
4 fogli di gelatina alimentare
2 avocado - ½ scalogno
zucchero - basilico - limone
timo - olio extravergine - sale

Affettate sottilmente lo scalogno e fatelo appassire in padella per qualche minuto con poco olio, un ciuffo di basilico e un po'

di timo. Unite la passata di pomodorini, salatela e fate asciugare per 20 minuti. Spegnete e unite un pizzico di zucchero. Eliminate gli aromi.

Ammollate la gelatina in acqua fredda per 10 minuti. Scolatela e strizzatela. Stemperatela nella passata di pomodorini. Quando si sarà raffreddata, incorporatela nella panna, montata.

Distribuite la mousse in 4 stampini e ponete a raffreddare in frigorifero per 2 ore. Tagliate a dadini la polpa di avocado e conditela con olio, sale e il succo di mezzo limone.

Sfornate la mousse e decoratela con la dadolata di avocado e i pomodorini tagliati a metà. Guarnite con erbe aromatiche, completate con un filo di olio.

Servite a piacere con crostini.

Cake al limone

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

300 g burro
280 g farina 00
200 g zucchero semolato
120 g zucchero a velo
50 g farina di mandorle
4 uova
2 limoni non trattati
1 bustina di lievito per dolci

Fondete il burro a fiamma bassa.

Montate le uova con lo zucchero. Unite il succo di un limone e la scorza grattugiata di entrambi. Incorporate infine 250 g di burro fuso.

Setacciate le farine con il lievito, poi amalgamatelo al composto di uova e burro. Trasferite il composto in uno stampo da plum cake e infornate a 210 °C per 20 minuti, quindi abbassate a 180 °C e proseguite la cottura per altri 25 minuti.

Mescolate in una ciotola il succo del rimanente limone con lo zucchero a velo e il restante burro fuso e versate la glassa ottenuta sul cake appena sfornato.

Fate intiepidire e poi servite.

LE BURRATE SABELLI: DA SEMPRE BUONE PER NATURA, OGGI PRODOTTO DELL'ANNO.



Scopri la bontà delle specialità Sabelli.

Un mondo di qualità artigianale e di genuinità, tante specialità tutte da provare: mozzarelle, burrate, stracciatelle, ricotte, scamorze. Le trovi sugli scaffali del reparto formaggi, nelle aree take-away e al banco gastronomia.



Sabelli

DAL 1921

www.sabelli.it



CONI ALL'AMARETTO
ISPIRATI A
CHINOTTO DI LIGURIA
ACQUA DI PARMA

Agrumato dolce-amaro
Note principali: chinotto,
mandarino, gelsomino, geranio,
cardamomo, rosmarino,
patchouli, muschia.

Piatta piano e piatti
Petumaj Studio,
faveglio
Society Limonta.

MAI MANGIATO UN PROFUMO?

Abbiamo scelto cinque fragranze cercando nella loro formula le note più «gourmand». Per farle rivivere in cinque originali dolci. Da assaggiare (e odorare) subito

Ricette **LUIGI TAGLIENTI** e **DAVIDE BROVELLI**, Testi **ANGELA ODORE**, Foto **RICCARDO LETTIERI**, Styling **BEATRICE PRADA**

Impalpabile, ma più reale di un oggetto. Evanescente, ma indelebile nella memoria. Si può resistere alla sua potenza? «Ha una forza di persuasione più convincente delle parole, dell'apparenza, del sentimento e della volontà. Non si può rifiutare la **forza di persuasione** del profumo, essa penetra in noi come l'aria che respiriamo penetra nei nostri polmoni, ci riempie, ci domina totalmente, non c'è modo di opporvisi». Le parole di Jean-Baptiste Grenouille, il protagonista de *Il profumo* di Patrick Süskind, suonano come una sfida. Noi l'abbiamo raccolta e abbiamo

chiesto allo chef Luigi Taglienti, vicino al mondo dei profumi tanto da diventare brand ambassador di Acqua di Parma, e al nostro Davide Brovelli di trasformare ciò che è fugace in materia concreta, di **tradurre dall'olfatto al gusto** cinque profumi: *Chinotto di Liguria* di Acqua di Parma, *401 È Amatrice*, nato dopo il terremoto dal desiderio di rinascita della famiglia Serafini, proprietaria della più antica profumeria della città, *J'adore Injoy* di Christian Dior, *Un bois vanille* di Serge Lutens e *Mon Guerlain Florale* di Guerlain. Le loro note «volatili» rivivono in cinque inebrianti invenzioni di pasticceria.

Coni all'amaretto

Cuoco Luigi Taglienti
Impegno Medio
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

220 g amaretti morbidi
100 g latte di mandorle
50 g sciroppo di chinotto
28-30 fettine sottilissime di melanzana
basilico – limone – rosmarino
cardamomo – dragoncello
zucchero – sale

ACQUA DI CHINOTTO

Mescolate lo sciroppo di chinotto con 150 g di acqua e 15 g di succo di limone, 1-2 foglie di dragoncello e 1-2 di basilico. Lasciate in frigo per 30 minuti.

CREMA

Spezzettate gli amaretti in una ciotola. Intiepidite il latte di mandorle con qualche bacca di cardamomo, filtratelo sugli amaretti e fate riposare finché tutto il liquido non sarà stato assorbito. Mescolate gli amaretti intrisi di latte di mandorle ottenendo una crema omogenea, raccoglietela in una tasca da pasticciere con bocchetta liscia e fate raffreddare in frigo per 30 minuti.

CONI

Distribuite le fettine di melanzana su una placchetta foderata di carta da forno senza sovrapporle, conditele con sale e zucchero in parti uguali, succo di limone e poco rosmarino. Sigillate la placchetta e lasciate marinare in frigo per 30 minuti.

Tamponate le fette di melanzana con carta da cucina e praticate in ognuna un taglio lungo un raggio così da poterle chiudere a mo' di piccolo cono. Farcite ogni cono con una noce di crema di amaretti e mettetene 7 in ogni piatto; versatevi l'acqua di chinotto e decorate con dragoncello.

LUIGI TAGLIENTI

Nato a Savona, tra le cose a cui è legato di più ci sono il **frutteto** di piante di chinotto e l'orto dei nonni materni. La costante ricerca di qualcosa di nuovo ha sempre guidato il suo percorso e, più di una volta, l'ha riportato alle **origini**. Proprio a quell'agrumeto ancora oggi va a raccogliere i frutti del chinotto, protagonista di composte e di piatti salati, come il suo *Quadro di Liguria*, con gamberi, agrumi, basilico e maggiorana. Da provare nel suo **ristorante Lume**. Aperto a Milano nel 2016 e premiato dopo pochi mesi con la stella Michelin, condensa nel nome la chiave di volta di tutto: luore, leggerezza e precisione.
lumemilano.com





**CREMA GHIACCIATA
ALLE ERBE AROMATICHE
ISPIRATA A**

401 È AMATRICE

Agrumato erbaceo
Note principali: bergamotto,
arancio amaro, limone,
basilico, timo, santoreggia,
rosa, pepe nero, ginepro,
ambra.



In questa pagina,
piatto rosa
H&M Home,
piattino **Funky Table**,
cucchiaino **Mepra**,
tessuto di fondo **Dedar**
in vendita da **Silva**.
Nella pagina accanto,
piatto **Hermès**,
tessuto di fondo
in vendita da **Silva**.

**«PESCA YLANG YLANG»
CON CIALDA
AL SALE E GELSOMINO
ISPIRATA A
J'ADORE INJOY
CHRISTIAN DIOR**

Floreale fruttato
Note principali: sale marino,
gelsomino sambac (detto
anche d'Arabia), ylang ylang,
ruberosa e pesca.

Piatto e ciotoline
Tine K Home,
posata nera Mepra,
tessuto di fondo
di Dedar in
vendita da Silva.

Crema ghiacciata alle erbe aromatiche

Cuoco Davide Brovelli

Impegno Per esperti

Tempo 1 ora e 15 minuti
più 2 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

CREMA GHIACCIATA

- 100 g panna fresca
- 100 g zucchero
- 60 g succo di limone
- 55 g 1 albume
- 2 g gelatina alimentare in fogli
- 1 scorza di limone grattugiata
- timo – santoreggia – basilico
- CIALDA AL POMPELMO ROSA
- 110 g zucchero
- 60 g burro fuso
- più un po' per la placca
- 60 g 5-6 cucchiaini di succo di pompelmo rosa
- 60 g farina di mandorle
- 20 g farina
- scorza di pompelmo rosa
- PER COMPLETARE
- 1 pompelmo rosa
- 1 pompelmo giallo
- 1 arancia – 1 lime

CREMA GHIACCIATA

Cuocete lo zucchero con 3 cucchiaini di acqua (30 g) in un pentolino fino a 118 °C, cioè quando vedete che l'acqua è evaporata e lo zucchero fa delle grandi bolle; poi unite il succo di limone e riportate ancora a 118 °C. Iniziate a montare l'albume e versatevi a filo lo zucchero cotto proseguendo a montare finché la meringa non si sarà raffreddata. **Ammolate** la gelatina in acqua fredda. **Preparate** un trito fine di timo, santoreggia, basilico e scorza di limone. **Scaldare** la panna e scioglietevi la gelatina strizzata. Fatela intiepidire, poi montatela parzialmente, unitela alla meringa e mescolate con delicatezza per non smontare il composto. **Aggiungete** anche le erbe tritate, mescolate ancora e versate in 8 stampini tipo bicchierino da caffè usa e getta. **Mettete** in freezer per 2 ore.

CIALDA AL POMPELMO ROSA
Impastate lo zucchero con la farina, la farina di mandorle, il burro fuso, il succo di pompelmo e un po' di scorza grattugiata ottenendo un composto fluido. Lasciatelo riposare in frigo per 30 minuti. **Ungete** di burro una placca e distribuite

il composto in dischi sottili (ø 10 cm). **Infornateli** a 180 °C per 15 minuti nel forno statico. La superficie dei dischi si increscerà e diventerà «bucherellata»: è giusto così. Sfornate le cialde, staccatele con una paletta e fatele raffreddare. **PER COMPLETARE**
Pelate a vivo l'arancia, i pompelmi e il lime e distribuite gli spicchi in quattro piatti. Unite in ognuno due creme ghiacciate, tolte dai bicchierini, e una cialda spezzettata. Decorate con foglioline di timo e completate a piacere con qualche goccia di caramello e con una crema inglese alla vaniglia.

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino

Cuoco Davide Brovelli

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 30 minuti
più 2 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PESCA E GELATINA

- 6 pesche noci
- 10 g gelatina alimentare
- rum – limone
- olio essenziale di ylang ylang
- CIALDA AL SALE
- 80 g zucchero
- 50 g farina
- 2 albumi
- sale rosa – burro
- fiori di gelsomino essiccati
- olio essenziale di gelsomino
- CREMA AL RUM
- 250 g mascarpone
- 30 g rum – 30 g zucchero

PESCA E GELATINA

Ammolate la gelatina in acqua fredda. **Immergete** le pesche in una cassetta di acqua fremente profumata con 5-6 gocce di olio essenziale di ylang ylang, 30 g di rum e un limone tagliato a metà. Cuocetele dolcemente per 25 minuti. **Scolatele**, conservando l'acqua di cottura, e lasciatele raffreddare. **Filtrate** e pesate 250 g di acqua di cottura delle pesche (il bicchiere colmo) e mescolatela subito con la gelatina strizzata cosicché si sciolga perfettamente. Fate raffreddare e addensare per almeno 2 ore. **CIALDA AL SALE**
Mescolate zucchero, farina e albumi

con una piccola noce di burro fuso e una goccia di olio essenziale di gelsomino fino a ottenere un composto fluido. Distribuitelo su una placca foderata di carta da forno, in 6 lunghe strisce sottili, spargetevi sopra i fiori sbriciolati e un po' di sale. Cuocete nel forno statico a 180 °C per 15 minuti. Sfornate le cialde e fatele raffreddare.

CREMA AL RUM

Amalgamate tutti gli ingredienti usando un cucchiaino (con la frusta il composto «impazzisce»); unite, se necessario, un paio di cucchiaini di acqua.

COMPOSIZIONE

Tagliate in tocchi la gelatina al profumo di ylang ylang e distribuiteli nei piatti. **Dividete** a metà le pesche e accomodatele nei piatti sopra la gelatina. **Completate** con le cialde e un cucchiaino di crema al rum. Decorate a piacere con fiori edibili di gelsomino freschi. **Da sapere** Sia i fiori essiccati sia l'olio essenziale di gelsomino si trovano in erboristeria.

Mini tatin con cocco e gelato alla mandorla amara

Cuoco Davide Brovelli

Impegno Per esperti

Tempo 1 ora e 20 minuti
più 8 ore per l'infusione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

GELATO

- 500 g latte
- 125 g zucchero
- 100 g 5-6 tuorli
- 100 g panna fresca
- 100 g mandorle amare
- 1 baccello di vaniglia
- MINI TATIN
- 140 g zucchero
- 80 g burro
- 4 mele Golden
- 2 rotoli di pasta sfoglia
- 1 baccello di vaniglia
- SALSA AL COCCO
- 250 g latte di cocco
- zucchero
- amido di mais

GELATO

Tritate le mandorle, mettetele a bagno nel latte e lasciatele in infusione per tutta una notte in frigorifero.

MINI TATIN CON COCCO E GELATO ALLA MANDORLA AMARA

ISPIRATE A

UN BOIS VANILLE
SERGE LUTENS

Opulento e orientale.
Note principali: vaniglia,
legno di sandalo, liquirizia,
latte di cocco.

Portate a bollire il latte con le mandorle e il baccello di vaniglia aperto a libro.

Mescolate i tuorli con lo zucchero, filtratevi sopra il latte, mescolate bene e riportate sul fuoco fino alla temperatura di 82 °C (la crema non dovrà nemmeno fremere).

Tagliate dal fuoco, incorporate la panna, mescolate ancora e versate nella gelatiera. Avviate l'apparecchio.

MINI TATIN

Dividete a metà le mele, sbucciatele, detorsolatele, poi rosolate in padella con lo zucchero, il burro e il baccello di vaniglia aperto a libro, sul fuoco al minimo per 10-12 minuti, cioè fino a quando non saranno ben caramellate.

Disponete le mele caramellate in 8 stampini da tartelletta (ø 8 cm) e coprite con un disco di sfoglia di diametro di poco maggiore, ricalzando leggermente il bordo.

Infornate a 190 °C per 15-17 minuti.

Sfornate e ribaltate subito.

SALSA AL COCCO

Mescolate il latte di cocco con ½ cucchiaino di zucchero e 1 cucchiaino di amido di mais.

Verificate che non ci siano grumi, poi cuocete per 5-8 minuti dal bollire, cioè fino a quando la salsa non si sarà addensata.

Servite le mini tatin con il gelato alla mandorla amara e con la salsa al cocco in ciotoline a parte. Completate a piacere con scaglie di cocco fresco.

100 g fecola di patate

100 g farina

2 tuorli sodi

olio essenziale di bergamotto

zucchero a velo

TÈ AL BERGAMOTTO

tè nero al bergamotto

miele di acacia

menta

VENTAGLIETTI ALLA LAVANDA

Srotolate la pasta sfoglia sul piano di lavoro e spennellatela con acqua, spolverizzatela generosamente con lo zucchero e profumate con i fiori di lavanda (dosate la quantità secondo il vostro gusto). Stendetela leggermente con il matterello per far aderire bene zucchero e fiori e voltatela: ripetete le stesse operazioni anche sul secondo lato.

Arrotolate la sfoglia partendo da un lato arrivando fino a metà, partite poi ad arrotolare dal lato opposto così da ottenere al centro due rotoli paralleli che si toccano.

Tagliate i due rotoli affiancati in fette spesse 1 cm ottenendo dei ventaglietti; disponeteli su una placca foderata di carta da forno.

Stendeteli leggermente con il matterello e infornateli a 200 °C per 16-18 minuti in modalità ventilata.

Sfornate i ventaglietti e fateli raffreddare.

LINGUE DI GATTO ALLA VANIGLIA

Mescolate con cura tutti gli ingredienti ottenendo un composto omogeneo e abbastanza colloso.

Raccoglietelo in una tasca da pasticciere con bocchetta liscia (ø 1 cm) e fate riposare in frigo per 20 minuti.

Distribuite poi il composto in piccole strisce su una placca foderata di carta da forno distanziandole di qualche centimetro perché si allargheranno un po' durante la cottura.

Infornate a 170 °C per 18-20 minuti. Sfornate, togliete dalla placca e fate raffreddare.

FROLLINI AL BERGAMOTTO

Setacciate i tuorli sodi, poi fate lo stesso con la farina e la fecola; unite il burro e 60 g di zucchero a velo e impastate con 5-6 gocce di olio essenziale di bergamotto fino a ottenere un impasto soffice.

Formate dei salsicciotti di 2 cm di diametro, tagliateli a rochetti di 2 cm, quindi modellateli in piccole sfere.

Accomodate le sfere su una placca foderata di carta da forno distanziandole di alcuni centimetri perché si allargheranno durante la cottura.

Create sulla superficie di ognuna un piccolo incavo e infornate a 120 °C per 1 ora e 30 minuti.

Sfornate i frollini, fateli raffreddare e spolverizzateli con lo zucchero a velo.

TÈ AL BERGAMOTTO

Scaldare la quantità di acqua necessaria per una teiera da 8 tazze alla temperatura richiesta dal tè che avrete scelto, mettetelo in infusione con foglioline di menta.

Dolcificate con miele di acacia e versate nella teiera calda.

Servite il tè con i biscottini.

Tris di biscottini profumati per il tè

Cuoco Davide Brovelli

Impegno Medio

Tempo 3 ore e 15 minuti

Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

VENTAGLIETTI ALLA LAVANDA

1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare
fiori di lavanda
zucchero semolato

LINGUE DI GATTO ALLA VANIGLIA

100 g farina
100 g zucchero a velo
60 g burro morbido
40 g albume scarso
semi di un baccello di vaniglia
FROLLINI AL BERGAMOTTO
125 g burro morbido



DAVIDE BROVELLI

Figlio d'arte, anzi bisnipote, perché la sua famiglia lavora nella ristorazione da 180 anni. Cuoco raffinato e dai modi gentili, privilegia gli ingredienti del Lago Maggiore, quello su cui si affaccia il suo ristorante, il Sole di Ranco, immerso in un giardino rigoglioso, calmo di fiori, di erbe aromatiche e di profumi. Per ricaricarsi e trovare nuove ispirazioni ama camminare in montagna. ilsolodiranco.it

TRIS DI BISCOTTINI PROFUMATI PER IL TÈ ISPIRATI A MON GUERLAIN EAU DE PARFUM FLORALE

Fresco e fiorito
Note principali: lavanda della varietà Carla, bergamotto, gelsomino sambac (detto anche d'Arabia), peonia, legno di sandalo e vaniglia.

Tessuto di Fondo
Colefax and Fowler,
in vendita da Silva.

UN PRANZO ALL'IMPROVVISI

Se non sono acciughe, può essere tonno oppure sgombrò: con pochi ingredienti riuscirete a preparare una pasta davvero appetitosa. E a stupire con un inaspettato dessert «di recupero»

Ricette CESARE GASPARRI, Testi LAURA FORTI, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

I NOSTRI «INDISPENSABILI»

- | | | | |
|---|--|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> ACCIUGHE | <input type="checkbox"/> GRANA PADANO | <input checked="" type="checkbox"/> PANE | <input checked="" type="checkbox"/> SALE |
| <input type="checkbox"/> ACETO | <input checked="" type="checkbox"/> LATTE | <input type="checkbox"/> O CRACKER | <input checked="" type="checkbox"/> SENAPE |
| <input type="checkbox"/> AGLIO | <input type="checkbox"/> LEGUMI | <input checked="" type="checkbox"/> PASTA | <input type="checkbox"/> TONNO |
| <input type="checkbox"/> BISCOTTI | <input type="checkbox"/> IN SCATOLA | <input type="checkbox"/> PATATE | <input type="checkbox"/> IN SCATOLA |
| <input checked="" type="checkbox"/> BURRO | <input type="checkbox"/> LIEVITO | <input checked="" type="checkbox"/> PEPE | <input checked="" type="checkbox"/> UOVA |
| <input checked="" type="checkbox"/> CACAO | <input type="checkbox"/> PER DOLCI | <input checked="" type="checkbox"/> PEPERONCINO | <input checked="" type="checkbox"/> ZUCCHERO |
| <input type="checkbox"/> CAFFÈ | <input checked="" type="checkbox"/> LIMONE | <input type="checkbox"/> SECCO | |
| <input checked="" type="checkbox"/> CAPPERI | <input type="checkbox"/> MIELE | <input type="checkbox"/> POLPA | |
| <input type="checkbox"/> CIPOLLA | <input type="checkbox"/> OLIO | <input type="checkbox"/> O PASSATA | |
| <input checked="" type="checkbox"/> ERBE AROMATICHE | <input type="checkbox"/> EXTRAVERGINE | <input type="checkbox"/> DI POMODORO | |
| <input type="checkbox"/> FARINA 00 | <input type="checkbox"/> OLIVE | <input type="checkbox"/> RISO | |
- In rosso gli ingredienti utilizzati in queste ricette*

Mezze penne al limone, senape e acciughe

Impegno Facile
Tempo 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 350 g mezze penne
- 50 g burro
- 6 filetti di acciuga
- 2 cucchiaini di senape
- 1 limone
- 1 cucchiaino di capperi dissalati
- sale - pepe

Cuocete la pasta in acqua bollente salata.

Preparate intanto, in una ciotola, la senape, il burro, la scorza grattugiata di mezzo limone, 4 acciughe a pezzettini e una macinata di pepe.

Scolate la pasta, versatela nella ciotola e mescolate. Preparate i piatti e unite le acciughe rimaste sminuzzate, i capperi e pezzettini di polpa di limone.

Guarnite a piacere: noi abbiamo aggiunto foglie di aneto e un po' di peperoncino.

Piccole cocotte di pane al cacao

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 250 g latte
- 150 g pane casareccio raffermo
- 45 g zucchero semolato
- 25 g cacao - 1 uovo
- burro - zucchero a velo

Tagliate a cubetti il pane e raccoglieteli in una ciotola.

Mescolate in un'altra ciotola il latte con lo zucchero semolato, l'uovo e il cacao e frullateli con il mixer a immersione.

Versate il composto sul pane e mescolate. **Riempite** con il pane al cacao 4 cocotte imburrate (ø 8 cm, h 4 cm), pressando leggermente.

Informate a 180 °C per 10-12 minuti.

Servite spolverizzando con zucchero a velo. Accompagnate a piacere con confetture, panna montata, yogurt, gelato, creme.

Con un bicchiere di latte e menta questo dolcetto diventa una sostanziosa merenda. Ma è ottimo anche per la prima colazione con il cappuccino.



GOLFO DI NAPOLI

UNO
ANACAPRI

DUE
SORRENTO

TRE
SANT'AGATA
SUI DUE
GOLFI

QUATTRO
POSITANO

Ricaricare le batterie dell'anima in giardini lussureggianti e ristorare il corpo con ortaggi e frutti coltivati proprio lì. Succede in alcuni posti molto speciali accarezzati dal Mar Tirreno

I FANTASTICI QUATTRO

Un viaggio che potrei intitolare anche «quando i sogni diventano realtà»: da una parte mare all'infinito, dall'altra giardini paradisiaci. L'idea è quella di seguire il *fil rouge*, o forse sarebbe meglio dire *vert*, disegnato dagli orti che, coltivati «al naturale» (senza concimi e pesticidi chimici), riforniscono le cucine di quattro hotel tra il Golfo di Napoli e la Costiera Amalfitana appartenenti all'associazione *Relais & Châteaux*: il Caesar Augustus ad Anacapri, il Bellevue Syrene 1820

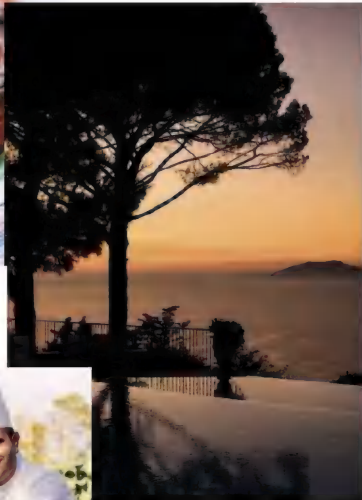
a Sorrento, il Don Alfonso 1890 a Sant'Agata sui Due Golfi e il San Pietro a Positano. I terreni coltivati, esistenti da sempre, hanno preso nuovo vigore per fare del chilometro zero una realtà e mirare a un turismo più sostenibile. Le linee guida per ridurre l'impatto ambientale sono state espresse da *Relais & Châteaux* nel Manifesto dell'Associazione: 20 impegni concreti (energia, acqua e rifiuti i principi cardine) «per preservare, trasmettere e valorizzare le peculiarità e le eccellenze di ogni cucina», sottoscritti dai soci nel 2014, sotto il patrocinio dell'Unesco.

Una melanzana nell'orto del Caesar Augustus di Anacapri e il mare visto dalla terrazza dell'hotel.

Testi ANGELA Odone, Foto BEATRICE PILOTTO



I Ravioli Capresi con caciocotta di Sorrento e fiordilatte di Agerola; il tramonto dalla piscina del Caesar Augustus; lo chef Eduardo Vuolo mentre raccoglie gli ortaggi nell'orto dell'hotel.



Sorbetto all'arancia amara

Preparate uno sciroppo scaldando 500 g di acqua con 400 g di zucchero. Al levarsi del bollore togliete dal fuoco e aggiungete 500 g di arance amare e 1 kg di arance dolci a fettine. Lasciate in infusione per qualche minuto, poi frullate tutto e filtrate attraverso un colino fine. Versate il composto in un contenitore freddo e mettetelo nel freezer. Mescolate ogni 30 minuti con un cucchiaino in modo da non far cristallizzare la superficie. Ripetete l'operazione per almeno 4 ore, cioè fino a quando il sorbetto non sarà cremoso. Servite accompagnando a piacere con sorbetto di fragola e di limone.

CAESAR AUGUSTUS

ANACAPRI

Cosa dà più soddisfazione del raccogliere dalla pianta una melanzana che qualcuno ci cucinerà

per cena? Ecco la versione veg dell'andare a caccia o a pesca per poi gustare il frutto della battuta.

Al Caesar Augustus di Anacapri è un'abitudine. Guidati dallo chef Eduardo Vuolo, gli ospiti dell'hotel camminano lungo i sentieri ordinati dell'orto per scegliere gli ingredienti che mangeranno a cena: asparagi, melanzane, pomodori, zucchini, fagiolini oppure finocchi, carciofi, cavoli di tutti i tipi, secondo la stagione. E poi ci sono le **erbe aromatiche**, gli ulivi (alcuni, piantati in onore degli ospiti più affezionati, riportano su una targhetta il nome del dedicatario e l'anno) e una collezione di *Capsicum* (peperoncini) da far invidia a un istituto botanico sperimentale. Per questi però bisogna chiedere a Francesco, il figlio del proprietario e maître de maison, grande conoscitore delle varie specie e delle relative conseguenze in bocca... L'orto si sviluppa su due ettari di terra, coltivati con successo già dal 1930, quando la famiglia Signorini acquistò l'edificio da un principe russo.

La storia di questa casa, che sarebbe diventata il Caesar Augustus, è piena di **colpi di scena**. Bisogna ascoltarla raccontata da Paolo Signorini, il proprietario, mentre si guarda il tramonto sul mare, così sarà evidente la missione che lui stesso sa di avere: conservare l'anima di questo posto. Nel 1995, quando varcò il cancello della villa, aveva un solo obiettivo, venderla. Ma la forza magnetica del luogo ha stravolto il suo progetto e invece di dedicarsi a un viaggio intorno al mondo ha scelto di spendersi quotidianamente da allora, con la moglie e il figlio, affinché ogni ospite si senta qui come a casa propria. La luce, il silenzio e il verde pacificatore sono gli ingredienti di una ricetta che riesce sempre alla perfezione. caesar-augustus.com/it



Uno dei giardinieri della tenuta Capo Santa Fortunata che serve le cucine del Bellevue Syrene 1820; uno scorcio dell'hotel e la terrazza La Pergola; sotto, una zona dell'orto.



BELLEVUE SYRENE 1820

SORRENTO

Mentre a Roma, sul finire del I secolo a. C., si consumavano tragedie, c'era chi (il poeta Virgilio), stregato dalla meraviglia del mare, ascoltava il canto delle sirene, affacciato alla terrazza di una villa. La stessa sulla quale sorge oggi questo hotel, di proprietà della famiglia Russo, da sempre meta prediletta di re, imperatori, poeti, artisti, musicisti, scrittori.

Impossibile non cedere all'incanto: a picco sulla scogliera, faccia a faccia con Napoli, ha un'aura magica, fuori del tempo. Si passa dalla zona della **Villa Pompeiana**, fedele ricostruzione della casa dei Vetti di Pompei voluta da William Waldorf Astor, alle zone con affreschi del XVII secolo, a quelle dedicate all'arte moderna e contemporanea. L'imponente glicine e i gelsomini del pergolato

che accolgono chi arriva al Bellevue Syrene 1820 profumano e fanno sognare. Come quelli che rallegrano, insieme con una preziosa collezione di piante tropicali, la tenuta dell'hotel Capo Santa Fortunata: i grandi fiori gialli di *Helianthus tuberosus* (topinambur), quelli rosa di ibisco, quelli rigorosi della datura o più spetinati delle piante di cavolo lasciate andare a fiore, e quelli viola dei convolvuli

che crescono sul pergolato dell'uva (nella foto sopra). Qui sei giardinieri coltivano gli ortaggi che saranno cucinati dagli chef Ivan Ruocco e Salvatore Buonocore.

Le tecniche colturali non prevedono l'uso di sostanze chimiche, a dettar legge sono invece la consociazione (cioè si coltivano specie diverse vicine in modo che si sostengano le une con le altre, per esempio le cipolle sotto gli ulivi), la rotazione (anche delle potature: non tutti gli alberi vengono potati ogni anno, per dare maggiore libertà alla pianta) e il concime naturale di un asinello. Nei venticinque ettari di terreno, grande parte è dedicata all'**oliveto** con la cultivar Minucciola, tipica della penisola sorrentina. L'olio che si usa nel ristorante dell'hotel viene dalla molitura di queste olive: ha profumi erbacei con una punta di rosmarino, e un piacevole piccantino nel finale. Anche il panorama da Capo Santa Fortunata è strepitoso e il mare del Golfo di Napoli, che riempie lo sguardo, ammalia e non lascia scampo: bisogna tornare. bellevue.it/it

«... E tu dice:
"T'parto, addio!"
T'alluntane da stu core...
Da la terra de l'ammore...
Tiene, o core, e nun turnà?
Ma nun me lassà,
Nun darne stu turmiento!
Torna a Surriento,
famme campà! ...»

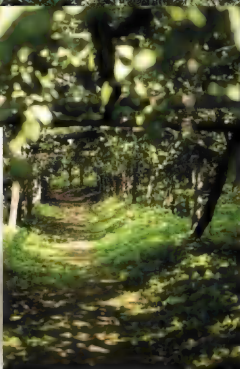


DON ALFONSO 1890

SANT'AGATA SUI DUE GOLFI

Chi ama la terra imparare a conoscerla e a rispettarla, qualunque cosa faccia, e non può sbagliare. Da qui è partito Alfonso Iaccarino per dare forma al suo sogno: ritrovare i sapori puri, non contaminati o ibridati, insomma quelli di una volta. Sostenu- to caparbiamente dalla moglie Livia e poi dai figli Ernesto e Mario, acquista un appezzamento sul versante abbandonato della collina che guarda Capri (Punta Campanella) e metro dopo metro costruisce la sua azienda agricola **biologica**, terrazzando e bonificando il terreno. Inizia a «lavorare» sul pomodoro San Marzano, per recuperare quello vero, e poi arrivano le altre verdure, l'u- livo e l'agrumeto.

Camminando sotto i rami dei limo- ni, dei pompelmi, dei cedri, sostenuti da una struttura in legno a mo' di per- golato, sembra di passare attraverso una porta magica: il profumo, la luce



del sole che filtra attraverso le foglie, il mare che si intravede tra un albero e un altro. La cucina del ristorante Don Alfonso 1890 (due stelle Michelin) attinge a questa oasi per la maggior parte degli ingredienti: ortaggi, frutta, olio. Anche le **uova** provengono dalla tenuta e le galline sono così felici che accolgono anche altri volatili: confermo che c'è un piccione che crede di essere una gallina e che vive nel pollaio da anni.

Oltre ai gatti che osservano sornioni tutti i movimenti e ai cani, che seguono il signor Alfonso ovunque vada, c'è un altro animale che non si può dimenticare di passare a salutare durante la visita, la vera star della tenuta. Tutti lo amano e si preoccupano della sua salute. Il suo nome è Sabatino, ma non lasciatevi trarre in inganno, di -ino ha ben poco: è un bue di oltre seicento chili il cui lavoro è produrre il letame necessario a concimare i terreni dell'azienda. È lui a garantire che la chimi- ca non arriverà mai nei piatti, eccellenti, cucinati da Ernesto e dalla brigata del ri- storante. donalfonso.com



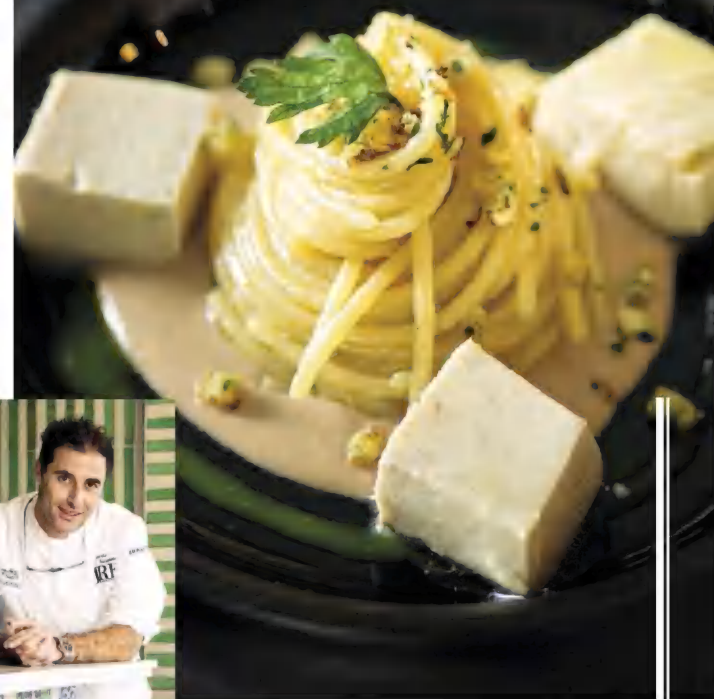
Lo chef Ernesto Iaccarino; sopra, uno dei limoni dell'azienda agricola; gli spaghetti aglio, olio e peperoncino con sgombrino in carpione. Nella pagina accanto, dall'alto in senso orario, il panorama da uno dei sentieri dell'azienda agricola biologica, l'agrumeto e Alfonso Iaccarino in compagnia dei suoi cani; un piatto di ricotta, uno degli ingredienti della ricetta Vesuvio di rigatoni, subito sopra.



Spaghetti aglio, olio e peperoncino, sgombrino in carpione, emulsione di tonno

Fate bollire 500 g di vino bianco con 500 g di aceto bianco e una presa di sale per una decina di minuti. Una volta freddo, immergetevi 4 trancetti di filetto di sgombrino (circa 3 etti) e lasciateli marinare per 15 minuti. Riempite una casseruola, che possa andare in forno, di olio extravergine di oliva formando una strata di 2-3 cm; aggiungete erbe aromatiche a piacere e uno spicchio di aglio con la buccia. Scolate i trancetti di sgombrino dalla marinata e immergeteli

nell'olio. Sigillate la casseruola con l'alluminio e infornate a 85 °C per 10-12 minuti al massimo. Scolate i trancetti e tagliateli in dadi. Lessate 3 etti abbondanti di spaghetti, scolateli al dente e saltateli brevemente in una padella con olio, aglio e peperoncino fresco. Distribuiteli in 4 piatti e completate con i dadi di sgombrino, una salsa preparata frullando tonno sott'olio e acciughe dissalate, pane croccante alle erbe e una salsa di prezzemolo.



IL SAN PIETRO

POSITANO

Arrivare dal mare al San Pietro è un'esperienza che bisognerebbe provare almeno una volta, raccontarla non fa lo stesso effetto. Aggrappata a uno sperone di roccia e contornata dal verde, la dimora appare un poco alla volta, con discrezione. Un ascensore scavato nella pietra conduce alla terrazza e ai giardini, «fiore» all'occhiello di questo hotel.

Qui bisogna fermarsi, respirare e lasciare che lo sguardo vaghi: da una parte Positano, dall'altra Praiano, di fronte i faraglioni di Capri. Ci sarà ben



Sopra, gli arditi terrazzamenti a picco sul mare; a fianco lo chef Alois Vanlangenaeker nella zona in cui si coltivano i fiori eduli e, qui sotto, uno dei piatti in carta al ristorante Zass. Nella pagina accanto, babà formato gigante, uno dei dolci del ristorante Carlino, la cui terrazza si affaccia sulla spiaggia, e una vista di Positano.

un motivo se la Costiera Amalfitana è patrimonio mondiale dell'Unesco. Dalla terrazza, cuore di tutta la struttura, è impossibile non rimanere ammirati dai terrazzamenti dell'orto-giardino, opera dell'ingegno, della forza di volontà e dell'**audacia** di colui che ha voluto questo posto: Carlino Cinque. Oggi sono i pronipoti Carlo e Vito con la mamma Virginia ad accogliere gli ospiti nella loro dimora, con savoir faire ed eleganza.

Del piennolo, rammati, Pachino, San Marzano, cuore di bue, datterino... la lista delle varietà dei pomodori è lunga, come quelle del basilico, che crescono in tutte le aiuole. Poi ravanelli, rabarbaro, peperoni,

melanzane, zucchine, fagiolini, cavoli, broccoli e un tripudio di erbe aromatiche. Ma dove affondano le radici tutte queste piante?

Dopo lo straordinario sbancamento e la costruzione delle terrazze, la terra venne portata a mano. Ogni centimetro quadrato è quindi preziosissimo e reso fertile da concimi organici e dal compost prodotto con i resti della cucina e degli sfalci verdi. Il divieto di usare sostanze chimiche è fondamentale perché, come dice Vito Cinque, «ogni cliente deve sentirsi libero di prendere un pomodoro direttamente dalla pianta e mangiarlo subito». All'**irrigazione** si presta una grande cura, ovviamente. Dapprima l'acqua viene raccolta in alcune vasche, dove staziona il tempo necessario affinché il cloro evapori, poi viene distribuita per caduta (percolazione), partendo dalle terrazze più alte, così che non ne vada sprecata neanche una goccia.

Tutti gli ortaggi, i frutti e anche i fiori commestibili (anch'essi coltivati «al naturale») arrivano alle mani dello chef Alois Vanlangenaeker e della sua affiatatissima brigata composta di trentadue giovani cuochi (di cui sei sono



donne). Sono due i ristoranti, disposti ai due estremi dell'hotel: il Carlino ai piedi della scogliera, con affaccio diretto alla spiaggia a disposizione solo degli ospiti, e lo Zass, di fianco alla terrazza, aperto anche a clienti esterni (una stella Michelin nel 2002). Le origini belghe del cuoco non gli impediscono di sentirsi un vero locale,

anzi ama mercanteggiare con i pescatori per scegliere i migliori ingredienti che trasformerà nella grandissima cucina: rinnovata completamente nel 2016, si estende su 400 metri quadrati, senza gas, senza fuochi, è un **gioiello tecnologico** che vanta sanificazione all'ozono, celle frigorifere avveniristiche e uno strumento per la cottura sottovuoto a ultrasuoni, l'unico in Europa. Però il prodigio del San Pietro per me non è la tecnologia, è la cura estrema dei dettagli, dalle porte delle stanze dipinte a mano ai pali tutori per sostenere le piante di pomodoro, è la poesia che circonda ogni cosa e la quiete. L'eleganza delle buganvillee che crescono in volute anche all'interno dell'atrio dell'hotel (nel giardino se ne contano almeno 12 varietà) o quella delle imponenti piante di *Chorisia speciosa* che si slanciano dalla terrazza. Chi avrà la fortuna di ammirarne la fioritura, resterà senza parole. ilsanpietro.it/it ■

Ravioli di trippa e ricotta di bufala

Frullate 200 g di trippa (cucinata con odori, pomodoro, peperoncino) con 150 g di ricotta di bufala, un ciuffo di prezzemolo tritato, sale e pepe ottenendo la farcia. Stendete la pasta fresca all'uovo in una sfoglia molto sottile, distribuite delle noci di farcia e chiudete i ravioli, sigillandoli bene. Frullate 500 g di fagioli cannellini stufati con 150 g di mascarpone, olio e brodo vegetale dosando la quantità per avere una crema liscia. Setacciatela e aggiustate di sale e pepe. Lessate i ravioli, insaporiteli brevemente in padella in una noce di burro spumeggiante e salvia e distribuiteli nei piatti. Conditeli con la crema di cannellini e completate a piacere con foglioline e germogli diversi (shiso verde e rosso, acetosella rossa) e con coulis di pomodori gialli, pomodori rossi e pomodori verdi.



Dopo tante ricette che vorrei fare,



finalmente una lo voglio, lo faccio.



Il modo migliore per celebrare l'alta cucina?
Prendersi una pausa dall'alta cucina e concedersi in pochi secondi un momento Crêapan.
Pancakes, Crêpes, Quadrotti e Cornetti sono il modo più veloce e gustoso di soddisfare tutti gli affamati di novità.
I prodotti Crêapan li trovi nel banco frigo del tuo supermercato, www.creapan.it - seguici su



Lo voglio, lo faccio.

LA CUCINA ITALIANA

LA SCUOLA

L'OGGETTO MISTERIOSO

DOVE SONO LE API?

Tutte insieme queste colorate cellette ricordano un alveare, invece sono piccoli e maneggevoli tagliaverdure. Di **Animi Causa**, si chiamano Cucumba e si possono utilizzare con ortaggi affusolati come zucchine, cetrioli, carote. Idea per l'aperitivo: regalatenene uno a ciascuno dei vostri ospiti invitandoli a tagliare da sé le verdure preferite. Guardate come si fa nella pagina seguente. 14,99 dollari. animicausa.com



GUARDA COME DONDOLO

Un unico filo di metallo sagomato con rigore geometrico per aggiungere un complemento di design in cucina. E per appendere e far maturare un certo frutto... Di **Bendo**, costa 29 dollari. bendo.com.au



UN'ARIA ESOTICA

Sembra un po' un pappagallo e un po' un tucano questa creazione di **Oxo** che serve per sbucciare, snocciolare e affettare uno dei frutti più gettonati del momento. 8,80 euro. oxo.com



PULIZIA DI PRECISIONE

Questo piccolo ma utilissimo attrezzo vi aiuterà a preparare una verdura che spopolava in estate. Prodotto da **Tescoma**, svolge insieme le funzioni di un coltello e di un cucchiaino. 4,90 euro. tescomanonline.com

A CURA DI LAURA FORTI

AVETE INDOVINATO A CHE COSA SERVONO E COME FUNZIONANO? GIRATE PAGINA PER SCOPRIRE DI PIÙ... →

UNA SPIRALE
MOLTO
DECORATIVA



Insalata mista con ortaggi a ricciolini

Impegno Facile

Tempo 10 minuti

Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 cespo di lattuga
- 1 carota arancione
- 1 carota viola
- 1 carota gialla
- 1 zucchini
- 1 cetriolo
- erbe aromatiche
- aceto di vino bianco
- olio extravergine di oliva - sale

GIUSTI DA TAGLIARE

Questo attrezzo funziona con un'elica che «tempera» le verdure come fosse un temperamatite: zucchini e cetrioli si trasformano in perfetti serpenti che si possono utilizzare per decorare i piatti o, tagliati in segmenti più piccoli, per arricchire le insalate.



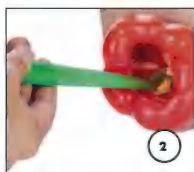
Lavate bene tutte le verdure e mondatele. **Tagliate** la lattuga, riducendo in pezzetti più piccoli le foglie esterne e tenendo interi i cuori.

Tagliate le carote, la zucchini e il cetriolo a ricciolini e aggiungeteli all'insalata.

Conditte con sale, aceto e olio, aggiunti in quest'ordine, e mescolate, profumando con erbe aromatiche fresche.

PERCHÉ APPENDERLE?

Anche le banane hanno un loro posto: questa «sistemazione» consente una conservazione ottimale, perché preserva i frutti dai colpi accidentali che provocano annerimenti e, allo stesso tempo, permette una migliore circolazione dell'aria, favorendo la maturazione.



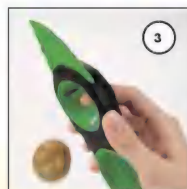
TAGLIA E SVUOTA

Due operazioni con un solo utensile: questo svuotapeperoni ha un lato tagliente che incide l'ortaggio per asportare il grosso picciolo (1) e un altro a scavino, che serve a togliere tutti i minuscoli semi (2).

TRATTAMENTO COMPLETO

Il frutto esotico, lo avete capito, è l'avocado, un super alimento che oggi si consuma in molte forme, anche a fettine nelle insalate. Questo strumento consente di tagliare a metà il frutto con la parte verde a forma di becco (1). Inserendo poi il nocciolo nell'apposita cavità, sarà più facile staccarlo (2-3). Infine, con la parte a «lamelle» potrete affettare la polpa staccandola allo stesso tempo dalla buccia (4).

Il tutto senza sporcarvi le mani.



IL SALONE DEGLI STILI DI VITA

14-17 **SETTEMBRE 2018**

Da VENERDÌ a LUNEDÌ



L'INGREDIENTE

POMODORI ITALIANI AD HONOREM

Di origine americana, sono ormai un simbolo della nostra cucina.
Adesso cominciano a dare il meglio

DATTERINO
Piccolo e di forma ovale, è ottimo crudo, in insalata. È zuccherino e aromatico.

COSTOLUTO
È il pomodoro da insalata per eccellenza: croccante, buccia non troppo spessa e sapore erbaceo e lievemente acidulo.

PENDOLINO
Forma a goccia, con una piccola punta, si conserva appeso in grappoli, in luoghi freschi, fino all'inverno. Carnoso e dolce.

CUORE DI BUE
Grande, dolce, con pochi semi, molto carnoso, si taglia bene a fette sottili: perfetto per la caprese.

SAN MARZANO
Di forma allungata, «a pera», sodo e con pochi semi, è il re delle salse. Usato anche per i pelati in conserva.

CAMONE
Prodotto in Sardegna, ha dimensioni medio-piccole ed è particolarmente sodo. Ha un sapore fresco e minerale.

RAMATO Un vero passe-partout: buona crudo e cotto, nei sughi o ripieno. Si chiama così perché venduto ancora attaccato ai rami.

NERINO Di piccole dimensioni, è dolcissimo e ha un colore rosso scuro, tendente al nero. È ricco di antiossidanti, preziosi per la salute.

CILIEGIA Tondo e di colore rosso vivace, cresce in grappoli e ha una dolcezza ben bilanciata da una nota acidula.

GIALLO
Leggermente ovale e molto dolce, è caratterizzato dal colore giallo acceso. Si coltiva in serra.

A LEZIONE DAI NOSTRI CUOCHI

PESCE AZZURRO

Pratica e teoria, per preparare e cucinare il «pane del mare» e per scoprire quanto è prezioso per stare bene



SCHEDA TECNICA

CHE COSA SI IMPARA:
I segreti per scegliere gli esemplari migliori e per riconoscere la freschezza di sgombrini, cefali, sarde e palamite. Le tecniche per pulirli, sfiletarli e per cucinarli. Le qualità nutritive e l'importanza del pesce azzurro per il nostro benessere.

DOVE E QUANDO:
Nelle cucine della nostra Scuola, a Milano, in via San Nicolao 7, in una lezione di tre ore: 13 giugno, ore 9.30-12.30 oppure 28 giugno, ore 19-22.

QUANTO COSTA E COME ISCRIVERSI:
La lezione di tre ore, 90 euro. Lezioni e corsi si acquistano sul sito della Scuola o telefonando in segreteria: a destra, in basso, i nostri contatti.

IN PROGRAMMA A GIUGNO

Le marinature
Giorni 5 e 21
Volete approfondire questa tecnica per le vostre grigliate estive? Scoprite come si fa a marinare a bagno e a secco carne e pesce, ma anche verdura e frutta. In una sola lezione di tre ore.

Pasticceria siciliana
Giorni 7, 21, 29
Siete rimasti folgorati dalla bontà dei cannoli alla ricotta? O dalla bellezza delle cassate e dei dolcetti di mandorle? Vi insegneremo a prepararli, insieme ad altre specialità, in una lezione di tre ore.

Verdure a tavola con l'ortolano
Giorni 1, 15, 27
Una lezione di tre ore dedicata a chi ama il mondo vegetale: per imparare la stagionalità dei prodotti dell'orto, le tecniche di pulizia e di conservazione e, infine, le ricette per valorizzarne al massimo sapori e consistenze.






L'INSEGNANTE
Michele Abruzzese, 31 anni, ha lavorato alle «corti» di Alain Ducasse e di Patrick Massera, dove ha appreso nuovi stili di cucina. Non dimentica mai, però, gli insegnamenti dei suoi maestri Gualtiero Marchesi e Luciano Tona e i sapori della Puglia, sua terra di origine.

INFO E CONTATTI

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è in p.le Cadorna 5,
ingresso via San Nicolao 7,
20123 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 02 49748004

scuola.lacucinaitaliana.it

Seguici su:   

TECNICHE E DINTORNI

IL GELATO NEL BISCOTTO

Scegliete i vostri gusti preferiti (e i colori), seguite i passaggi e tornate bambini



CON DIGESTIVE INTEGRALE 2 ORE DI RAFFREDDAMENTO



Mescolate 500 g di gelato (al pistacchio) in una ciotola con un cucchiaino finché non raggiunge una consistenza morbida.



Con un porzionatore, disponete il gelato a palline su 4 biscotti integrali di avena, capovolti.



Copriteli con altri 4 biscotti e premete finché il gelato non si sarà ben distribuito fino ai bordi. Rifilate i biscotti forati e metteteli in freezer per almeno 2 ore.

CON FROLLINI AL CACAO O ALLE SPEZIE - 19 ORE DI RAFFREDDAMENTO



Foderate una teglia (33x22 cm) con 2 strati di pellicola facendola ben debordare e raffreddatela in freezer. Riempitela quindi con 1 kg di gelato di fragola ammorbidito e mettetela in freezer per 20 minuti.



Fate un altro strato con altrettanto gelato di pistacchio, ripiegare la pellicola sul gelato e mettetela in freezer per 8 ore. Sfornate il gelato ribaltando la teglia. Ritagliatelo in 15 rettangoli di 10x4 cm.



Preparate i «sandwich» con 30 frollini al cacao di 10x4 cm. Metteteli in freezer per 2 ore, poi copriteli con la pellicola e rimetteteli in freezer per altre 8 ore: i frollini acquisteranno la giusta morbidezza.

FOTOGRAFIE ALEX LAU

NOVITÀ
LIMITED EDITION

Le Pignatte®

di
RISOLI
IL PRESSOFUSO IN CUCINA

L'ARTIGIANALITÀ DI IERI
LA QUALITÀ DI OGGI
I MATERIALI DI DOMANI

DAL 1965



PIÙ LEGGERA DELLA GHISA
LIGHTER THAN CAST IRON

INDUCTION



NUOVO SUPER ANTIADERENTE
INTERNO ED ESTERNO
NEW NON-STICK ULTRA COATING
INSIDE AND OUTSIDE



SUCCHI DI COTTURA IN CADUTA
CONTAINMENT OF
COOKING JUICES



PRODOTTO IN ITALIA
MADE IN ITALY

Risoli srl - via Ruca, 82 - 25065 Lumezzane (BS) Italy - Telefono: +39 030 8925944 www.risoli.com - facebook.com/risolisrl

LA LISTA
DELLA SPESA



2 pomodori maturi
da 200 g. Meglio il cuore
di bue, con pochi semi.



2 confezioni di stracchino
Nonno Nanni Biologico:
latte e crema di latte
da allevamenti certificati.



Solo capperini e sale,
conservante naturale:
i vasetti di **D'Amico**
sono da 75 g.

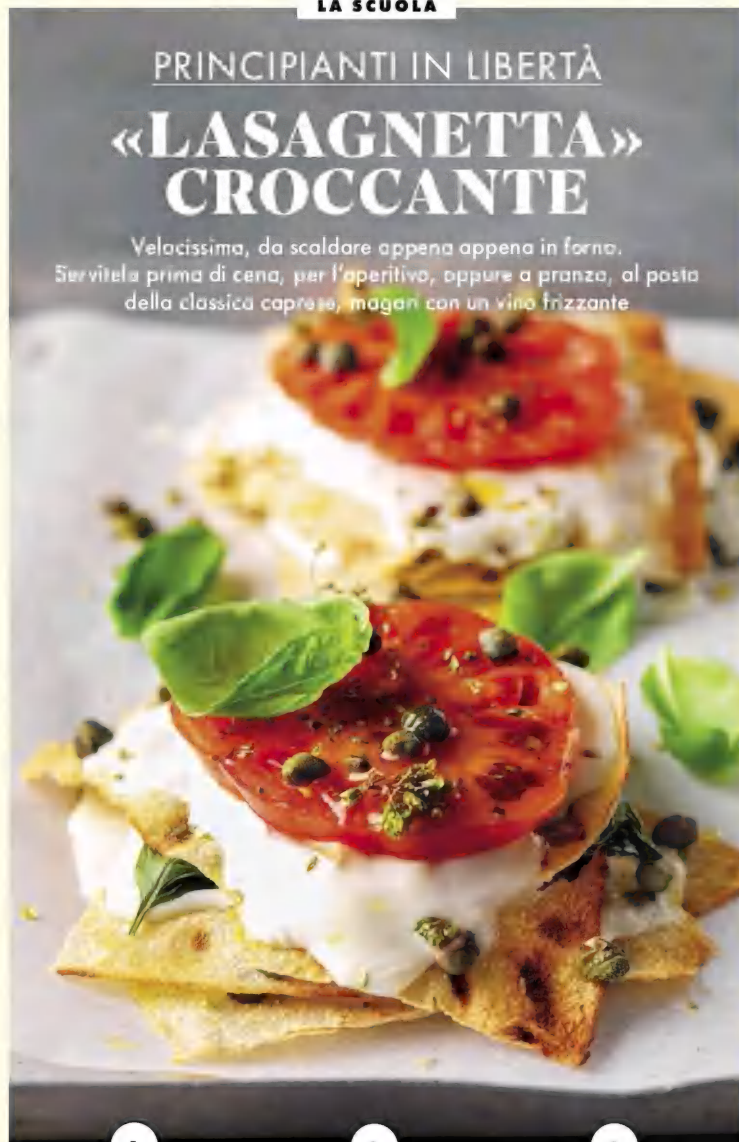


80 g di pane carasau.
Di grano duro, sottile
e biscottato, è tipico della
Sardegna. Si conserva
per diverse settimane.

LA RICETTA

Impegno Facilissimo
Tempo 10 minuti

PER 4 PEZZI



PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

«LASAGNETTA» CROCCANTE

Velocissima, da scaldare appena appena in forno.
Servitela prima di cena, per l'aperitivo, oppure a pranzo, al posto
della classica caprese, magari con un vino frizzante

1

PREPARARE

Affettate i pomodori.
Rompete il pane carasau
in 12 pezzi poco più grandi
delle rondelle di pomodoro.
Sciacquate una cucchiata
abbondante di capperi in
un colino per togliere il sale.

2

MONTARE

Spalmate lo stracchino
sui pezzi di pane carasau;
appoggiatevi una rondella
di pomodoro, alcuni
capperi e basilico a piacere;
sovrapponeteli in 4 «lasagnette»
di 3 strati ciascuna.

3

COMPLETARE

Ponete le «lasagnette»
su una placca coperta con
carta da forno e infornatele
a 180 °C per 3 minuti circa,
finché lo stracchino
non comincia a fondere.
Servitele calde.

RICETTA J. NÉDERLANTS, TESTI L. FORTI, FOTO R. LETTIERI, STYLING B. PRADA

Germinal
BIO

Nutri la tua salute...con gusto!

PIATTI PRONTI
FRESCHI

- Insalate di cereali
- Burger, polpette e medaglioni
- Zuppe e vellutate



le
Novità

Un restyling grafico accattivante per tutta la
gamma e una nuova famiglia di prodotti:
ecco le novità del comparto!

prova i **Medaglioni!**

germinalbio.it



FATTO IN CASA

IL NOCINO

Prepararselo secondo la ricetta tradizionale oppure trasformarlo in un cocktail di gusto vintage? Ecco i nostri consigli per diventare liquorieri e per degustarlo al meglio



1

TAGLIATE

25 noci acerbe in 4 spicchi: vanno raccolte la seconda metà di giugno, per tradizione il 24, quando sono acerbe e ancora tenere e succose.



2

PONETE

le noci in un barattolo di vetro ermetico facendo attenzione a non lasciare troppo spazio tra un pezzo e l'altro.



3

VERSATE

1 litro di alcol a 95°, avendo cura di coprire bene le noci. Lasciate riposare accanto a una finestra soleggiata per 60 giorni.



4

FILTRATE

il liquido ottenuto dalla macerazione delle noci attraverso un colino a maglia fine foderato con una garza.



5

PORTATE A EBOLLIZIONE

500 g di vino bianco con 600 g di zucchero, mescolando in modo che lo zucchero si sciolga. Fate poi raffreddare lo sciroppo ottenuto.



6

COMPLETE

il nocino unendo lo sciroppo al vino bianco. Riponete in una bottiglia. Il nocino si conserva per diversi anni.

IN VERSIONE CLASSICA...



DA SAPERE

Il Nocino è conosciuto già dall'epoca romana. La ricetta originale sarebbe nata nell'antica Noxetum, oggi Noceto, un paese dell'Emilia-Romagna. Il Nocino di Noceto nel 2000 ha ottenuto il riconoscimento di prodotto tradizionale regionale. A questo liquore è dedicato anche un concorso (nocinodinoceto.blogspot.it).

...O COME BASE PER MISCELARE



Negroncino

INGREDIENTI

3 cl Bulldog
London Dry Gin
3 cl Aperol
2 cl Nocino Il Mallo
2 amaretti
1 arancia non trattata

Frullate gli amaretti. Bagnate i bordi di un bicchiere (tipo tumbler basso) con ghiaccio passandoli delicatamente tra due bicchieri grandi dello shaker (tin). Miscelate gli ingredienti direttamente nel tumbler colmo di ghiaccio e rifinite con una lunga unica striscia di scorza di arancia.

Blood and Stone

INGREDIENTI

3 cl Nocino
Il Mallo
3 cl Glen Grant
invecchiato 10 anni
1 cl Cinzano 1757 Rosso
3 cl succo di arancia

Miscelate gli ingredienti con ghiaccio passandoli delicatamente tra due bicchieri grandi dello shaker (tin). Filtrate, trasferite in un bicchiere alto e completate con ghiaccio, ribes e una cannuccia.



IL BARMAN

Autore di questi tre cocktail è **Mattia Pastori**, due volte Best Italian Bartender Diageo World Class. È direttore del Camparino, storico locale in Galleria Vittorio Emanuele, a Milano.



The Dark Side of Manhattan

INGREDIENTI

4 cl Wild Turkey Bourbon
2 cl Nocino Il Mallo
1 cl Campari
1 cucchiaino di Amaro Braulio
1 cucchiaino di aceto di riso

Miscelate tutti gli ingredienti in un mixing glass (bicchiere di vetro con beccuccio usato per i cocktail). Servite in una coppa accompagnando a piacere con una ciliegia sotto Campari.

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: www.lacucinaitaliana.it

401 È Amatrice riflessi88.it	Giampaoli giampaolidolciaria.eu	Petti ilpomedorpetti.com
Acqua di Parma acqua diparma.com	Guerlain guerlain.com	Ponti pontifi.com
Alessi alessi.com/it	Hotel Bellevue Syrene 1820 bellevue.it/it	Potomak Studio potomak.it
Animi Causa animicausa.com	Hotel Caesar Augustus caesar-augustus.com/it	Relais & Châteaux relaischateaux.com
Azienda Vitivinicola Ciu Ciu ciuciuvini.it	Ikea ikea.com	Richard Ginori 1735 richardginori1735.com
Bendo bendo.com.au	Il San Pietro di Positano ilsanpietro.it/it	Rosenthal rosenthal.it
Beppino Occelli occelli.it	La Cartuja de Sevilla lacartujadesevilla.com	Sabelli sabelli.it
Birra Peroni birraperoni.it	Kikkoman kikkoman.it	Seaford seaford.com
Birificio Angelo Poretti birificioangeloporetti.it	Le Creuset lecreuset.it	From Norway fromnorway.com
Bitossi Home bitossihome.it	Le Naturelle lenaturelle.it	Selecta selectaspa.it
Chiarella chiarella.it	LVMH lvmh.it	Serge Lutens it.sergelutens.com
Christian Dior dior.com	Maria Galland in vendita da sephora.it	Silva Tessuti silvatessuti.it
Cleca S. Martino cleca.com	Mepra mepra.it	Smeg smeg.it/sicily-is-my-love
Colefax and Fowler colexfax.com	Mezzacorona mezzacorona.it	Society Limonta societylimonta.com
Coop e-coop.it	Mila mila.it/it	Sofitel sofitel.com/it
D'Amico damico.it	Nespresso nespresso.com	Tescoma tescomonline.com
Dedar dedar.com	Nonno Nanni nonnonnanni.it	Tigotà tigota.it
Don Alfonso 1890 donalfonso.com	Olio extravergine di oliva extraverginedioliva.it	Tine K Home tinekhome.com
Esselunga esselunga.it	Pollicheagricole pollicheagricole.it	Tupperware tupperware.it
Formaggi Svizzeri formaggisvizzeri.it	Zara Home zarahome.com/it	Valbona valbona.com
Funky Table funkytable.it		Valsoia valsoia.it
		Weber weber.com
		Oxo oxo.com

Servizio Abbonamenti Per informazioni, redazioni o per qualsiasi necessità, si prega di telefonare al n. 199.133.199; oppure inviare un fax al n. 199.144.199. Indirizzo e-mail: abbonati@condenast.it.

* Il costo della chiamata per i telefoni fissi da rete fissa è di 11,88 centesimi di euro al minuto + IVA e senza scatto alla risposta. Per la chiamata da cellulari i costi sono legati all'operatore telefonico.

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit www.abbonati.it/abroad. Subscriptions can be paid by Credit Card (VISA, Mastercard, American Express, Diners), Bank Transfer and Paypal. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 92961010 - fax +39 02 86882869. Prices are in Euro and are referred to 1-year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
VANITY FAIR	49	€ 175,00	€ 241,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

International distribution: A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione Srl - Via Manzoni, 12 - 20089 ROZZANO (MI) Italy - tel. +39 02 5753911 - fax. +39 02 57512606 - e-mail: info@ole-mag.com

LA CUCINA ITALIANA

Condé Nast International

Chairman and Chief Executive: Jonathan Newhouse
President: Wolfgang Blau
Executive Vice President: James Woolhouse

The Condé Nast International Group of Brands includes:

UK

Vogue, House & Garden, Brides, Tatler, The World of Interiors, GQ, Vanity Fair, Condé Nast Traveller, Glamour, Condé Nast Johansens, GQ Style, Love, Wired, Condé Nast College of Fashion & Design, Ars Technica

France

Vogue, Vogue Hommes, AD, Glamour, Vogue Collections, GQ, AD Collector, Vanity Fair, GQ Le Manuel du Style, Glamour Style

Italy

Vogue, Glamour, AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vanity Fair, Wired, La Cucina Italiana

Germany

Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Wired

Spain

Vogue, GQ, Vogue Novias, Vogue Niños, Condé Nast Traveler, Vogue Colecciones, Vogue Belleza, Glamour, AD, Vanity Fair

Japan

Vogue, GQ, Vogue Girl, Wired, Vogue Wedding

Taiwan

Vogue, GQ, Interculture

Mexico and Latin America

Vogue Mexico and Latin America, Glamour Mexico, AD Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vanity Fair Mexico

India

Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, AD

Published under Joint Venture:

Brazil: Vogue, Casa Vogue, GQ, Glamour

Russia: Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Tatler, Glamour Style Book

Published under License or Copyright Cooperation:

Australia: Vogue, Vogue Living, GQ

Bulgaria: Glamour

China: Vogue, AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Brides, Condé Nast Center of Fashion & Design, Vogue Me

Czech Republic and Slovakia: La Cucina Italiana

Hungary: Glamour

Iceland: Glamour

Korea: Vogue, GQ, Allure, W

Middle East: Vogue, Condé Nast Traveller, AD, Vogue Café at The Dubai Mall

Poland: Glamour

Portugal: Vogue, GQ

Romania: Glamour

Russia: Vogue Café Moscow, Tatler Club Moscow

South Africa: House & Garden, GQ, Glamour, House & Garden Gourmet, GQ Style, Glamour Hair

The Netherlands: Vogue, Glamour, Vogue The Book, Vogue Man, Vogue Living

Thailand: Vogue, GQ, Vogue Lounge Bangkok

Turkey: Vogue, GQ

Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

Condé Nast USA

President and Chief Executive Officer: Robert A. Sauerberg, Jr.
Artistic Director: Anna Wintour

Vogue, Vanity Fair, Glamour, Brides, Self, GQ, GQ Style, The New Yorker, Condé Nast Traveler, Allure, AD, Bon Appetit, Epicurious, Wired, W, Golf Digest, Golf World, Teen Vogue, Ars Technica, The Scene, Pitchfork, Backchannel

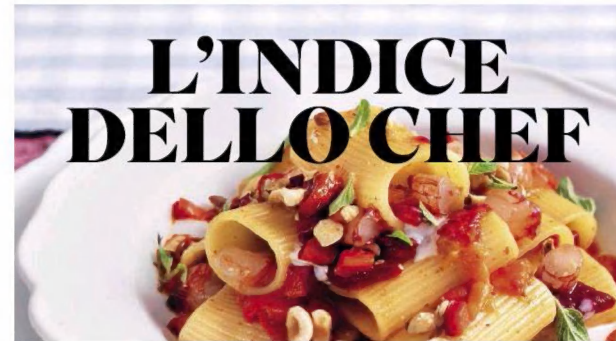
La Cucina Italiana - Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondera. Copyright © 2018 per La Cucina Italiana S.r.l. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1993. La Cucina Italiana S.r.l. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 23255. Tutti i diritti riservati. Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MINISTERO POSTE/ART. 1 COMMA 1 - L. 6/2/2011. Distribuzione per l'Italia: SO.D.L.P. "Angelo Patuzzi" S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.6603020. Distribuzione Estero: Sage Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione S.p.A. via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 02.5753911, fax 02.57512606, www.ole-mag.com, Stampa: Rotolito S.p.A., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati di La Cucina Italiana telefona al 039/5938896, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle



Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali



Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8284 del 03-02-2017



Antipasti	TEMPO	PAG.
Bruschette con chutney di mango ★✓	30'	47
Carpaccio di gamberi con le pesche ★★✓	25'	46
«Lasagnetta» croccante ★✓	10'	138
Mousse di pomodorini con avocado ★★	1h (+2h)	110
Sandwich con salmone affumicato e confettura di cipolle ★	40' (+1h e 30')	44

Primi piatti & Piatti unici	TEMPO	PAG.
Cuscut con taccole e pomodorini ★✓	30'	49
♥ Gnocchetti alle ortiche con pomodoro e ricotta salata ★✓	1h	51
Insalata di fusilli integrali e fagiolini ★	15'	80
«Lagane» e ceci ★★	50'	28
Linguine con vongole, calamaretti e bottarga ★★	45'	51
♥ Linguine, scampi, fave e pomodorini ★	15'	80
Maccheroncini brulé ★✓	25'	86
Mezze penne al limone, senape e acciughe ★	15'	120
Pollo con melone, carote e riso nero ★✓	1h	36
Ravioli ricotta e menta ★✓✓	1h e 30'	23
♥ Linguine, scampi, fave e pomodorini ★	1h	49

Pesci	TEMPO	PAG.
Branzino, spinaci e ravanelli con salsa di lamponi ★✓	15'	81
Calamari infilzati sull'alloro ★★	40'	87
Ceviche di ricciola ★★	1h	53
Filetto di dentice su zucchini trombettina brasate ★	40'	52
King crab alla catalana ★✓	40'	52
Sgombri ripieni ★✓	50'	28
Trepido di mare ★✓	35'	54
Un'ombria tra le foglie ★✓	30' (+2h)	88

Verdure	TEMPO	PAG.
♥ Crostata di pomodori ★★✓	1h (+30')	55
Cuori di lattuga marinati e freschi ★✓	20'	+2h 84
Fantasia di verdure e legumi ★✓✓	30'	56
Insalata di melanzane, cipolle e patate ★✓✓	50'	28
Insalata di zucchine, fagiolini e fave ★✓	25'	58
Melanzana alla primitiva ★	1h	86
Peperoni grigliati ★✓✓	50'	85
Torta di melanzane ★✓✓	1h e 30'	57

Carni e uova	TEMPO	PAG.
♥ Crostata di pomodori ★★✓	1h (+30')	55
Cuori di lattuga marinati e freschi ★✓	20'	+2h 84
Fantasia di verdure e legumi ★✓✓	30'	56
Insalata di melanzane, cipolle e patate ★✓✓	50'	28
Insalata di zucchine, fagiolini e fave ★✓	25'	58
Melanzana alla primitiva ★	1h	86
Peperoni grigliati ★✓✓	50'	85
Torta di melanzane ★✓✓	1h e 30'	57

Carni e uova	TEMPO	PAG.
Agnellino in crosta di ceci e melanzane ★★✓	1h e 20' (+8h)	61

Biancostato in tagliata ★★✓	50' (+12h)	90
Coniglio in tegame con trito mediterraneo ★✓	1h e 25'	59
Costata classica ★★	20' (+2h)	89
♥ Frittatine con pesto, fagiolini e patate ★✓✓	1h e 20'	61
Petti d'anatra alla fiamma ★★✓	20' (+20')	91
Sovracosse di pollo e carote al curry ★	15'	80
Uova nelle patate ★★✓✓	1h	109

Dolci e bevande	TEMPO	PAG.
Bigné croccanti con mousse di fragoline ★★	2h (+4h)	62
Blood and Stone ★✓	10'	141
Cake al limone ★✓✓	1h e 10'	110
Cestino con crema, frutti di bosco e noccioline del Piemonte ★✓	1h	73
Coni all'amaretto ★✓✓	1h	113
Crema ghiacciata alle erbe aromatiche ★★	1h e 15' (+2h)	117
Crostini alle ciliegie ★✓	50'	93
Infuso di litchio ★✓✓	30'	28
Lingue di gatto e gelato al mango ★✓✓	1h e 30'	64
Mini tatin con cocco e gelato alla mandorla amara ★★✓✓	1h e 20' (+8h)	117
Rigatoni con peperoni, gamberi e noccioline ★★	1h	49

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

«Pesca ylang ylang» con cialda al sale e gelsomino ★★	1h e 30' (+2h)	117
Pesche abbrustolite ★✓	20'	94
Piccole cocotte di pane al cacao ★✓	20'	121
Piccoli cheesecake alla lavanda ★★	40' (+4h e 30')	39
Scorze di cedro al gelo ★✓✓	40'	28
The Dark Side of Manhattan ★✓	10'	141
Torta di mandorle ★★✓✓	1h e 20'	28
♥ Torta di pesche ★★✓✓	1h e 30' (+1h)	62
Tris di biscottini profumati per il tè ★★✓	3h	118

Inquadrate
il QR code con
il vostro smartphone
e guardate i video
delle ricette.

menu

Cinque proposte da copiare con le nostre ricette di giugno

TAVOLA VEGETARIANA

Rinfrescante
e leggero
dall'orto
di stagione



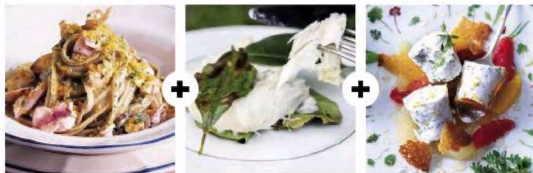
Crostata di pomodori
pag. 55
Fantasia di verdure
e legumi
pag. 56
Lingue di gatto
e gelato al mango
pag. 64

Maccheroncini brûlé
pag. 86
Frittatine con pesto,
fagiolini e patate
pag. 61
Piccole cocotte
di pane al cacao
pag. 121



**FACILE
STUPIRE**
Piatti che
non ti aspetti,
subito pronti

**IN RIVA
AL MARE**
Il rumore
delle onde
come colonna
sonora



Linguine con vongole,
calamaretti e bottarga
pag. 51
Un'ombra tra le foglie
pag. 88
Crema ghiacciata
alle erbe aromatiche
pag. 117

Negroncino pag. 141
Mousse di pomodorini con
avocado pag. 110
Tiepido di mare pag. 54
Mini tatin con cocco
e gelato alla
mandorla amara
pag. 117



**INVITO
GOURMET**
Cena in due,
con cocktail
per cominciare

**RUSTICO
D'ESTATE**
Pranzo
in campagna
con tutta
la famiglia



Peperoni grigliati
pag. 85
Agnello in crosta
di ceci e melanzane
pag. 61
Torta di pesce
e amaretti
pag. 62

OIL EXTRA VERGINE.
LA SUA RICCHEZZA,
LA NOSTRA FORTUNA.

Antonino
Cannavacciuolo
Chef



Extra vergine di oliva.
L'olio ricco di salute, tradizione e cultura.

È una ricchezza della nostra terra, autentico, sano e prezioso
per la nostra salute. Le certificazioni DOP e IGP garantiscono
la sua tipicità: controlla sempre sull'etichetta la zona di produzione
e la provenienza.

Seguici su [f](#) [t](#) [i](#) [s](#)
www.extraverginidoliva.it

mipaaf
ministero delle
politiche agricole
alimentari e forestali

I nostri Mastri Birrai e Davide Oldani
presentano
"8 Luppoli: Le Armonie di Gusto"



www.beviresponsabile.it



www.birificioangeloporetti.it

Le nuove 8 Luppoli, Gusto Agrumato e Gusto Tostato, creano perfette Armonie in abbinamento a piatti dalle stesse note aromatiche, per un'esperienza di gusto coinvolgente, mai provata.

FOO'D
SELEZIONATE DALLO CHEF
DAVIDE OLDANI
 Davide Oldani